Ibn Kajim El xheuzije

MJEKËSIA E PEJGAMBERIT (S.A.U.S.)

Me emrin e Allahut, Mëshiruesit, Mëshirëbërësit!

Para këtij kapitulli, ne sollëm një përmbledhje të traditës së Profetit (s.a.u.s.) në lidhje me fushën e xhihadit, betejave, ekspeditave ushtarake, delegacioneve dhe mesazheve të dërguara nga ai drejt mbretërve dhe përfaqësuesve të tyre.

Menjëherë pas tyre, ne mendojmë të vijojmë me këta kapituj të tjerë të dobishëm, që kanë lidhje me udhëzimet dhe traditën e tij (s.a.u.s.) në fushën e mjekësisë dhe mënyrës së kurimit që ai praktikoi dhe që u mësoi njerëzve ta ushtronin.

Do të përpiqemi të shpalosim shumë urtësi që fshihen në këshillat dhe udhëzimet e tij në këtë fushë, urtësi të cilat nuk mund t'i përnxjerrin e kuptojnë shumica e mjekëve. Mjekësia e tyre kundrejt mjekësisë së Profetit (s.a.u.s.) është njëlloj si mjekësia amatore kundrejt mjekësisë së tyre.

E fillojmë shtjellimin e kësaj teme duke iu mbështetur plotësisht Allahut të Lartësuar dhe duke kërkuar ndihmë dhe sukses vetëm prej Tij.

Dy llojet e sëmundjeve

Ka dy lloje sëmundjesh: sëmundjet e zemrës (shpirtërore) dhe sëmundjet e trupit. Të dyja këto janë përmendur në Kuran.

Sëmundjet e zemrës

Sëmundjet e zemrës ndahen më tej në dy nënlloje, dhe të dyja janë përmendur në Kuran:

Sëmundjet e dyshimeve apo të pasigurisë

Rreth këtij nënlloji sëmundjesh Allahu i Lartësuar thotë: "Në zemrat e tyre ka_sëmundje, dhe Allahu ua shton sëmundjen e tyre. Ata do të kenë një ndëshkim të dhembshëm për shkak të mohimit të tyre." [Bekare, 10]

I Lartësuari thotë gjithashtu në suren *Mudethir*, ajeti 31: "Ne nuk bëmë mbikëqyrës të Zjarrit askënd, përveç engjëjve, dhe numrin e tyre (të përmendur në Kuran) nuk e bëmë veçse si sprovë për ata që nuk besuan, që të binden ata që u është dhënë Libri, dhe, atyre që besuan t'u shtohet edhe më shumë besimi, (si sprovë) që ata të cilëve u është dhënë Libri dhe besimtarët të mos kenë asnjë dyshim (në vërtetësinë e tij). Ndërsa ata që në zemrat e tyre kanë sëmundje dhe jobesimtarët thonë: "Ç'do të thotë Allahu me këtë shembull?" Ja, ashtu, Allahu e lë të humbur atë që do dhe e udhëzon atë që do. Ushtritë e Zotit tënd nuk i njeh askush tjetër veç Tij. Ai (Sekari) është veçse një përkujtim për njerëzit."

Gjithashtu Allahu i Lartësuar, kur flet për ata që ftohen për të gjykuar sipas Kuranit dhe Sunetit të Profetit dhe ata refuzojnë, thotë: "E kur thirren që ndërmjet tyre të gjykojë Allahu dhe i Dërguari i Tij, një grup prej tyre nuk i përgjigjen ftesës. Por nëse (në atë gjykim) e drejta u takon atyre, ata i shkojnë atij të bindur e me respekt. A thua kanë sëmundje në zemrat e tyre, apo mos dyshojnë (në të Dërguarin)? Apo mos frikësohen se Allahu dhe i Dërguari i Tij do të gjykojnë padrejtësisht kundër tyre?! Por jo, ata, pikërisht ata janë zullumqarët." Në këto ajete bëhet fjalë për sëmundjen e dyshimeve në besim.

Sëmundjet e epshit

Allahu i Lartësuar, kur këshillon gratë e Profetit (s.a.u.s.) që të jenë të ruajtura dhe të kujdesshme në shfaqjen apo fjalët e tyre, thotë: "…të mos joshet ai që në zemrën e tij ka sëmundje." [Ahzabë, 32]
Këtu bëhet fjalë për sëmundjen e epshit dhe imoralitetit.
Allahu është më i ditur për gjithçka.

Sëmundjet trupore

Për sa u përket sëmundjeve trupore, Allahu i Lartësuar i përmend ato kur thotë në suren *Nur* (ajeti 61): "Nuk ka shtrëngim për të verbërin, as për të gjymtin, as për të sëmurin."
Allahu i Lartësuar e ka përmendur sëmundjen trupore në Kuran në tri kontekste: kur flet për haxhin, kur flet për agjërimin dhe pastaj për abdesin. Në përzgjedhjen e këtyre tri rasteve, na shfaqet

një e fshehtë shumë e bukur, që tregon qartë madhështinë e Kuranit dhe faktin që kush kërkon të mjaftohet me Kuranin, duke e kuptuar dhe meditu ar në të, ai do t'i mjaftojë kundrejt gjithçkaje tjetër.
Objektivat e mjekësisë së trupit janë tre: ruajtja e shëndetit, ruajtja dhe mbrojtja nga gjërat e dëmshme, dhe largimi nga trupi i çdo lënde të dëmshme që gjendet në të. Allahu i Lartësuar i përmend këto tre objektiva në tri rastet e mëposhtme:
1. Në ajetin e agjërimit, Ai thotë: "Agjërimi zgjat disa ditë, por, nëse ndonjëri prej jush është i sëmurë ose duke udhëtuar, le të agjërojë aq ditë sa i ka prishur në ditët e tjera pas. Ata që kanë vështirësi për të agjëruar, duhet të ushqejnë si shpagim nga një të varfër për çdo ditë agjërimi. E, nëse ndonjëri jep më shumë se kaq, kjo është edhe më mirë për të. Por, agjërimi juaj është më i dobishëm, në qoftë se e dini." [Bekare, 184]. Allahu i Lartësuar na njofton se e ka lejuar mosagjërimin për të sëmurin, për shkak të sëmundjes, si dhe për udhëtarin për ta ruajtur shëndetin dhe forcën e tij. Dihet që agjërimi e dobëson fuqinë trupore, por në rastin e udhëtimit, ku kemi të bëjmë me lëvizje të shumta dhe harxhim energjish që nuk zëvendësohen, ky dobësim bëhet edhe më i dukshëm. Kështu Allahu i Mëshirshëm kujdeset që të ruajë fuqinë dhe shëndetin e udhëtarit duke e lejuar që të mos agjërojë.
2. Në ajetin e haxhit, i Lartësuari thotë: "Kryeni haxhin dhe umren për hir të Allahut! Nëse në këtë rrugë pengoheni, atëherë therni kurban, sipas mundësisë, dhe mos i rruani kokat tuaja, derisa të arrijë kurbani në vend! Cilido prej jush që është i sëmurë ose që ka ndonjë plagë në kokë (dhe si i tillë, nuk mund ta rruajë kokën), le ta zëvendësojë me agjërim, sadaka ose kurban. Kur të jeni të sigurt (nga armiqtë), ai që prej jush kryen umren deri në haxh, le të therë kurban, sipas mundësisë. Ndërsa ai që nuk ka mundësi, është i detyruar të agjërojë tri ditë në haxh dhe shtatë ditë pas kthimit nga haxhi; këto janë dhjetë ditë të plota. Kjo është për ata që nuk banojnë në Mekë. Ta keni frikë Allahun dhe dijeni se Ai dënon ashpër." [Bekare, 196] Për atë që është i sëmurë apo ka probleme në kokë nga parazitët, zbokthi, me kruajtjen apo ka sëmundje të lëkurës së kokës, Allahu i Lartësuar e bëri të lejuar që ta rruajë kokën para çlirimit nga *ihram*-i, por duke e kompensuar këtë

thyerje të rregullave të *ihram*-it me agjërim, sadaka apo kurban. Ruajtja e flokëve u lejua për të bërë të mundur largimin nga lëkura të djersës e të substancave të tjera që grumbullohen në të, të cilat sjellin kruajtje të kokës, parazitë, zbokth etj. Nëse nuk do të rruhej koka, djersa në lëkurë do të bllokonte poret e saj. Ky rast i nxjerrjes jashtë trupit të substancave të dëmshme është ilustrim për çdo rast tjetër të ngjashëm. Mesazhi i ajetit është shumë i qartë: çdo lëndë e dëmshme, bllokimi i së cilës sjell shqetësime në trup, duhet të nxirret jashtë ose, të paktën, të mundësohet nxjerrja e saj.
Janë dhjetë gjëra të cilat, kur janë me tepri apo kur trupi nuk i asgjëson, ato shkaktojnë dëmtime në trup: gjaku kur është i acaruar, sperma kur është me tepri, urina, jashtëqitja, gazrat, e vjella, e teshtitura, gjumi, uria dhe etja. Secila nga këto të dhjeta, nëse nuk trajtohet apo nëse nuk përmbushet (në rastin e gjumit), mund të shkaktojë një lloj sëmundjeje.
Kur Allahu i Lartësuar lejoi rruajtjen e kokës për të hequr substancat e këqija nga ajo, Ai i mësoi njerëzit që të ndjekin të njëjtën metodë për largimin e substancave të dëmshme të prodhuara nga sëmundje të tjera.
3. Për sa i përket mbrojtjes nga gjërat e dëmshme dhe marrjes së masave parandaluese, Allahu i Lartësuar thotë: "O besimtarë! Mos u falni kur jeni të dehur! Prisni të kthjelloheni, të dini se ç'flisni! As kur jeni xhunubë, përveçse nëse jeni duke udhëtuar, derisa të laheni! Dhe, nëse jeni të sëmurë ose gjendeni në rrugë, ose keni kryer nevojën natyrore, ose keni bërë marrëdhënie me gra, dhe nuk gjeni ujë, atëherë merrni tejemum. Allahu, me të vërtetë, është Shlyes dhe Falës i gjynaheve." [Nisa, 43] Allahu i Lartësuar ia ka lejuar të sëmurit që të përdorë dheun, dhe jo ujin, për pastrimin ritual para namazit; kjo bëhet me qëllim që të parandalohet ndonjë keqësim i mëtejshëm i shëndetit.

Kështu, Allahu i Lartësuar - falënderimi i qoftë Atij! - parashtron tri themelet e mjekësisë, të cilat ne i përmendëm më lart. Ne, gjithashtu, do të përmendim edhe Traditën e Profetit (s.a.u.s.) në këtë fushë, për të provuar që mjekësia profetike është më e mira dhe më përfshirësja se çdo metodë tjetër.

***

Për sa i përket mjekësisë së zemrave dhe shpirtit, kjo është një fushë tjetër e diturisë, për të cilën askush nuk mund të flasë ndryshe, por veçse nëpërmjet udhëzimit të sjellë nga profetët e Allahut. Ata janë burimi i vetëm i njohurive dhe i udhëzimit.
Zemra bëhet më e mirë vetëm nëpërmjet njohjes së Zotit, Krijuesit të saj, nëpërmjet njohjes së emrave, cilësive, veprave, gjykimit dhe ligjeve të Tij. Që të jetë e shëndetshme, ajo duhet t'i japë përparësi dashurisë dhe kënaqësisë së Allahut të Lartësuar, të Vetmit të adhuruar me meritë në qiej dhe në tokë. Ajo duhet të ruhet dhe të largohet nga çdo gjë të cilën e ka ndaluar dhe e urren Zoti i gjithësisë. Shëndeti dhe jeta e zemrës varen nga këto që përmendëm, dhe i vetmi burim për marrjen e ilaçit janë profetët e Zotit.

Është gabim të mendohet se ka ndonjë rrugë tjetër për arritjen e mirëqenies së zemrës, përveç rrugës së profetëve të Allahut. Ky gabim vjen si pasojë e ngatërrimit të mirëqenies së vërtetë të zemrës me përmbushjen e qejfeve dhe instikteve shtazore. Po të ndjekë këto të fundit, zemra mbetet larg arritjes së kënaqësisë së vërtetë, ndërsa forca, madje edhe vetë ekzistenca e saj vihen në pikëpyetje. Ata që nuk e bëjnë dot dallimin mes këtyre dy mënyrave duhet të shqetësohen për shëndetin dhe jetën e zemrës së tyre, ose, më mirë, për mungesën e saj. Ata duhet të pikëllohen, sepse u mungon drita e udhëzimit të vërtetë dhe janë tërësisht të zhytur në oqeanin e errësirës.

***

Kurimi i sëmundjeve fizike është dy llojesh:

1. Njëri lloj është kurimi instiktiv, me të cilin Allahu i Lartësuar ka pajisur çdo krijesë. Nuk ka nevojë për mjek që të kurosh të tilla 'sëmundje' (nevoja) si: uria, etja, i ftohti dhe lodhja, të cilat kalohen thjesht duke marrë të kundërtat e tyre.

2. Lloji i dytë është kurimi që ka nevojë për analizë dhe diagnostikim. Ai shërben për luftimin dhe qëndresën ndaj sëmundjes, si edhe për ekuilibrimin e gjendjes (temperamentit) së

të sëmurit, të cilët rrjedhojnë nga temperatura, nxehtësia, ftohtësia e thatësia ose nga gërshetimi i tyre me njëra-tjetrën.

Sëmundjet e tipit të dytë ndahen në dy grupe: ato që janë pasojë e shkaqeve fizike dhe ato që lidhen me temperamentin. Këto sëmundje pra, vijnë prej shkaqeve fizike ose prej ndryshimeve që prekin sjelljen dhe karakteristikat themelore të trupit. Dallimi mes dy llojeve është se sëmundjet e temperamentit shfaqen pasi janë asgjësuar shkaqet fizike dhe në trup mbeten pasojat e tyre, të cilat ndryshojnë më pas temperamentin.

Për sa u përket sëmundjeve me shkaktarë fizikë (prejlëndorë), ato kanë në vete edhe faktorët e tyre. Pra, në këto raste, fillimisht duhet vështruar me kujdes shkaku, më pas të studiohet sëmundja, e pastaj përcaktohet kura e nevojshme.

Po ashtu, për zbrapsjen dhe largimin e sëmundjeve që prekin disa organe apo që sjellin ndryshime e shformime në organe të tjera, qoftë në formë, hapësirë, ashpërsi, butësi, numër, eshtra etj., lypset një analizë dhe studim i thellë.

Kur organet e trupit funksionojnë siç duhet, thuhet se janë "të lidhura me njëra-tjetrën"; në të kundërt, thuhet se ato e "kanë humbur lidhjen me njëra-tjetrën". Sëmundje që prekin dhe tjetërsojnë organet janë sëmundjet më të përgjithshme që prekin trupin.

Siç e thamë, të njëjtat sëmundje ndikojnë negativisht në sjelljen trupore apo në temperament. Ndryshimet që shoqërojnë të tilla sëmundje paraqiten në tetë forma, katër nga të cilat janë të thjeshta dhe katër të përbëra. Të thjeshtat janë: ftohtësia, nxehtësia, lagështia dhe thatësia. Të përbërat janë: nxehtësi dhe lagështi, nxehtësi dhe thatësi, ftohtësi dhe lagështi ose ftohtësi dhe thatësi. Këto sëmundje, edhe një herë, vijnë prej shkaqeve fizike ose prej ndryshimeve që prekin gjendjen dhe karakteristikat themelore të trupit.

Trupi i njeriut ndodhet në njërën nga këto tri gjendje: gjendja normale, gjendja jonormale dhe gjendja e ndërmjetme. Kur gjendja është normale, trupi është i shëndetshëm. Gjendja e dytë është vetë sëmundja, kurse e treta është gjendje mesatare, e cila qëndron ndërmjet dy gjendjeve të tjera. Dihet se për të kaluar nga një skaj në një tjetër të kundërt, duhet një fazë e ndërmjetme.

Trupi kalon në gjendje jonormale, për shkaqe të brendshme, sepse ai është i përbërë nga nxehtësia, ftohtësia, thatësia dhe lagështia. Por ai kalon në gjendje jonormale edhe për shkaqe të jashtme, të cilat mund ta gjejnë trupin delikat e të dobët dhe ta dëmtojnë atë.
Çrregullimet në trup mund të vijnë nga temperamenti i keq, i cili nuk është ekuilibruar, nga sëmundja që prek ndonjë organ, si dhe nga dobësia e përgjithshme e trupit, madje edhe e shpirtit, i cili bart mjaft energji e forcë. Sëmundja mund të shkaktohet nga shtimi i diçkaje, e cila nuk duhet të shtohet, ose nga pakësimi i diçkaje, e cila nuk duhet të pakësohet. Shkak, gjithashtu, mund të jetë shkëputja e diçkaje, e cila duhet të jetë e lidhur, ose nga bashkimi i diçkaje, e cila nuk duhet të jetë e bashkuar. Sëmundja vjen edhe prej zmadhimit të diçkaje, e cila nuk duhet të zmadhohet, ose prej ndryshimit të vendit a formës së disa organeve të trupit.

Mjeku është ai që e dallon se çfarë e pengon lidhjen e organeve dhe çfarë duhet që ato të jenë të lidhura. Ai dallon se çfarë gjëje e dëmton shëndetin kur ajo shtohet dhe çfarë kur ajo pakësohet. Mjeku përpiqet të japë ato gjëra që sjellin shëndetin e mirë, ato që ruajnë shëndetin e mirë dhe ndihmon që të zbrapsë sëmundjen nëpërmjet të kundërtit të saj ose duke rekomanduar një dietë të përshtatshme.
Ju do të shihni se të gjitha këto parime përputhen me traditën dhe udhëzimet profetike, me lejen, ndihmën dhe suksesin e Allahut të Lartësuar!

Pejgamberi (s.a.u.s.) mjekohej vetë dhe këshillonte familjarët e shokët e tij që të mjekoheshin

Nuk ishte traditë e Pejgamberit (s.a.u.s.) dhe as e shokëve të tij që të mjekoheshin me ilaçe "të përbëra", të ashtuquajtura *akrabadhejn* (*pharmacopoeia*).
Shumica e barnave të atëhershme ishin të thjeshta. Ndonjëherë, ata merrnin ndonjë substancë plotësuese, për të përforcuar efektin e barit kryesor ose për ta bërë atë sa më të pranueshëm. E tillë ka qenë, dhe është ende, tradita mjekësore e shumicës së popujve arabë, turq dhe beduinë. Ndërsa barnat "e përziera" janë përdorur nga romakët dhe grekët. Edhe ilaçet indiane kanë qenë më së shumti të thjeshta.

Të gjithë mjekët janë të një mendimi, se: nëse është i mundur mjekimi nëpërmjet një diete ushqimore, nuk kalohet te barnat. Gjithashtu, nëse është i mundur kurimi me barna të thjeshta, nuk duhen përdorur ato të përbërat. Ata thonë: për çdo sëmundje që mund të shmanget me masa mbrojtëse dhe disiplinim të ushqimit nuk duhet kërkuar shërimi me ilaçe. Ata thonë gjithashtu që: mjeku i mirë nuk duhet të gjejë si zgjidhje të parë ilaçin, sepse nëse ilaçi nuk gjen në trup se çfarë të asgjësojë prej sëmundjes, apo gjen një sëmundje që nuk i përshtatet, apo gjen sëmundjen e përshtatshme por është në dozë më të madhe se ajo apo në cilësi më të fortë, në këto raste ai e dëmton shëndetin.

Mjekët më të mirë përdorin kryesisht barnat që kanë vetëm një përbërës. Mjekimi duhet të jetë i ngjashëm ose i lidhur me llojin e ushqimit që njeriu ha zakonisht. Njerëzit që hanë ushqim të thjeshtë dhe natyror sëmuren rrallë, ndërsa ata që hanë zakonisht ushqime të përziera, me shumë përbërës, kur sëmuren, në shumicën e rasteve u duhen ilaçe të përbëra. Sëmundjet e njerëzve që jetojnë në shkretëtira janë zakonisht të thjeshta, prandaj dhe barnat e thjeshta janë më të përshtatshme për ta. Këto janë fakte të njohura për shkencën e mjekësisë.

Mjekësia profetike përmban në vetvete një element hyjnor. Ky element e bën krahasimin e mjekësisë profetike me mjekësinë e doktorëve profesionistë të ngjashëm me krahasimin e mjekësisë profesioniste me mjekësinë amatore. Mjekët më të mirë pajtohen

me këtë fakt, pasi shkenca ku ata lëvrojnë është fryt i përqasjeve, eksperimentimeve, frymëzimeve, vizioneve dhe hipotezave. Disa nga ata pranojnë se njohuritë e tyre janë përftuar nga vëzhgimi i botës së kafshëve. Për shembull, ata vërejnë se macet, kur hanë ndonjë krijesë helmuese, shkojnë dhe lëpijnë pastaj vajin e kandilit, për të neutralizuar efektin e helmit. Ata kanë parë gjithashtu, se, kur gjarpri ka probleme me sytë, shkon dhe i fërkon sytë te gjethet e maraqit.[1] Po ashtu, thonë ata, disa shpendë pinë ujë deti, kur vuajnë nga shtërzimi i barkut. Përveç këtyre, ka edhe plot shembuj të tjerë të ngjashëm, që doktorët i përmendin nga vëzhgimet që i kanë bërë natyrës.

Kjo lloj njohurie nuk mund krahasohet me Shpalljen që Allahu i Lartësuar ia zbriti Profetit të Tij, ku i shpjegoi se çfarë i bënte dobi dhe çfarë e dëmtonte. Mjekësia e tyre në krahasim me Shpalljen është njëlloj sikurse dituria e tyre përballë dijes që sollën profetët. Madje, në Shpalljen e Profetit (s.a.u.s.) gjejmë ilaçe që shërojnë sëmundje të cilat është e pamundur t'i shërojnë edhe mjekët më të mëdhenj, sepse njohuritë dhe përvoja e tyre nuk mund ta arrijnë dijen e Shpalljes, e po kështu edhe vëzhgimet e tyre krahasuese nuk bëjnë punë.

Pejgamberi (s.a.u.s.) na mësoi se si kurohet zemra nga çdo gjë që e sulmon atë. Recetat profetike forcojnë zemrën dhe rrisin mbështetjen e plotë tek Allahu dhe varësinë prej Tij. Ai (s.a.u.s.) na mësoi të drejtuarit vetëm tek Allahu, të përgjëruarit dhe lutjen me përunjësi vetëm përpara Tij, nënshtrimin dhe bindjen e plotë ndaj Tij, na mësoi që shërimin ta gjejmë nëpërmjet sadakasë, lutjes së sinqertë, pendimit të plotë, kërkimit të faljes, bamirësisë ndaj krijesave, ndihmës së njerëzve në nevojë, përpjekjes për largimin e vështirësive dhe fatkeqësive nga të goditurit me to. Të tilla "ilaçe" dhe mënyra kurimi i kanë provuar shumë e shumë njerëz, të cilët

---

[1] Maraqi (lat. *foenicilum vulgare*) - Bimë barishtore shumëvjeçare e ngjashme me koprën, me kërcell të degëzuar, me gjethe të holla si fije e me erë të mirë dhe me lulesë të verdhë, që rritet zakonisht nëpër ledhe në vende të thata e përdoret si erëz në gjellë ose si bimë mjekësore (*shën. i përkth.*).

kanë parë më pas fryte që kanë qenë të paarritshme prej dijes dhe përvojës njerëzore.

Zemrat që janë të lidhura fort me Zotin e botëve (Krijuesin e sëmundjes dhe të ilaçit, Atij që rregullon çështjet e gjithësisë dhe që i shndërron ato sipas dijes dhe urtësisë së Tij absolute), kanë nevojë për disa ilaçe të veçanta, që kurrsesi nuk janë si ato që kërkojnë zemrat të cilat janë larg Zotit dhe që i kanë kthyer shpinën adhurimit të Tij. Për më tepër, nëse zemra dhe shpirti forcohen, ato ndihmojnë shumë në largimin e sëmundjes dhe mposhtjen e saj. Si mund ta mohosh që kura më efikase për sëmundjet që prekin zemrën dhe shpirtin është ajo kur njeriu gëzohet me praninë dhe afrimin e tij tek Allahu, te Krijuesi i tij, kur gjen prehje pranë Tij, shijon dashurinë e fortë për Të dhe kur ngazëllehet me përkujtimin e Tij? Këto fakte mund të mos pranohen veçse nga njerëz injorantë, sidomos ata që janë edhe të trashë nga mendtë, nga ata që janë larg Allahut dhe larg njohjes së realitetit të njeriut. Për shembull, ne do të përmendim më pas, me lejen e Allahut, shkakun pse leximi i Fatihasë e largoi[1] plotësisht ndikimin e helmit të akrepit, aq sa i helmuari u ngrit në këmbë sikur të mos i kish ndodhur gjë.

Për këto dy lloje të mjekësisë së Profetit (s.a.u.s.), ne do të flasim sipas mundësisë dhe njohurive tona të pakta. Por e lusim Atë që ka në dorë të gjitha mirësitë, që të na dhurojë sukses! Ai vërtet është Krenari, Dhuruesi i çdo mirësie!

***

Imam Muslimi sjell në *Sahih*-un e tij hadithin e Ebu Zubejrit, që përcjell nga Xhabir ibn Abdullahi, dhe ky nga Pejgamberi (s.a.u.s.), i cili ka thënë: “Për çdo sëmundje ka një ilaç; nëse ia qëllohet në gjetjen e ilaçit, ajo shërohet, me lejen e Allahut.”
Në dy *Sahih*-ët është rrëfimi prej Atait, i cili përcjell prej Ebu Hurejrës, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: “Allahu i Lartësuar për çdo sëmundje ka zbritur ilaçin e saj!”

---

[1] Flitet për një ngjarje në kohën e Profetit.

Në *Musned*-in e imam Ahmedit është hadithi i Zijad ibn Ilakates, që përcjell prej Osama ibn Sherikut, i cili thotë: "Unë isha te Pejgamberi (s.a.u.s.), kur tek ai erdhën disa beduinë dhe thanë: "O i Dërguari i Allahut! A të mjekohemi?" Ai tha: "Po, o robër të Zotit, mjekohuni, sepse pa dyshim Allahu Krenar dhe i Madhërishëm, nuk ka bërë sëmundje pa vendosur për të edhe ilaçin, përveç një sëmundjeje të vetme." - "E cila është ajo?" - "Pleqëria" - tha ai." Sipas një transmetimi tjetër, thuhet: "Me të vërtetë, Allahu i Lartësuar nuk ka zbritur sëmundje pa zbritur për të edhe shërimin: e njohu kush e njohu dhe nuk e njohu kush nuk e njohu."

Në *Musned* është hadithi i Ibn Mesudit, me *sened* të plotë deri te Pejgamberi (s.a.u.s.), se: "Me të vërtetë, Allahu i Lartësuar nuk ka zbritur sëmundje pa zbritur për të edhe shërimin: e njohu kush e njohu dhe nuk e njohu kush nuk e njohu."

Në *Musned* dhe *Sunen* është hadithi nga Ebu Huzame, që tregon: - E pyeta: O i Dërguari i Allahut! Çfarë mendon për rukjet që ne praktikojmë, për ilaçet me të cilat mjekohemi dhe për masat mbrojtëse me të cilat ruhemi: a e kthejnë ato ndopak caktimin e Allahut? Ai tha: "Edhe ato janë pjesë e caktimit të Allahut."
Këto hadithe vërtetojnë se çdo gjë që ndodh në këtë botë ka një shkak, dhe hedhin poshtë mendimin e atyre që i mohojnë dhe i injorojnë ato.

Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Për çdo sëmundje ka ilaç." Kjo thënie mund të jetë gjithëpërfshirëse dhe, si e tillë, ajo përfshin të gjitha llojet e sëmundjeve, domethënë edhe ato që janë të pakurueshme, pasi Allahu mund ta ketë fshehur mënyrën e kurimit të tyre nga njerëzit, duke mos u lejuar asnjë rrugë për zbulimin e saj; dhe dihet se krijesat nuk mund të dinë tjetër, përveçse atë që Zoti u ka lejuar e mundësuar që ta dinë.

Pejgamberi (s.a.u.s.) e lidhi ngushtë shërimin me kushtin që ilaçi të përkojë plotësisht me sëmundjen. Çdo gjë e ka të kundërtën e saj, dhe çdo sëmundje e ka të kundërtën e saj, nëpërmjet së cilës

mjekohet dhe shërohet. Pra, duhet patjetër që ilaçi të përkojë me sëmundjen, dhe kjo është diçka më tepër sesa thjesht gjetja e ilaçit dhe zbulimi i tij. Ilaçi, nëse jepet më tepër në masë dhe më i përqendruar, atëherë ai kthehet në sëmundje. Por edhe nëse jepet në doza më të vogla dhe më pak të përqendruara, atëherë nuk e kryen funksionin e duhur dhe është i mangët. Siç kuptohet, nëse nuk ia qëllohet në gjetjen e ilaçit dhe në përcaktimin e dozës së duhur, nuk ndodh shërimi. Po kështu, nëse ilaçi nuk përdoret në kohën e përshtatshme, nuk bën dobi. Nga ana tjetër, nëse trupi nuk e pranon këtë ilaç, apo nuk gjen forcë ta përballojë atë, apo nëse ai ka ndonjë gjë që e pengon ndikimin e ilaçit, shërimi nuk ndodh, prandaj themi se ilaçi nuk ia ka qëlluar. Por nëse ia qëllon në shenjë (në të gjitha ato që u përmendën), shërimi do të ndodhë patjetër, me lejen e Allahut të Lartësuar. Së fundmi, themi që ky është kuptimi më i pranueshëm dhe më i mirë i hadithit.

Megjithatë, hadithi mund të kuptohet edhe ndryshe, që: Allahu i Lartësuar, për çdo sëmundje, ka sjellë shërim ose, me fjalë të tjera, për çdo sëmundje që pranon shërim, Ai ka caktuar ilaçin. Këtu nuk hyjnë sëmundjet që nuk pranojnë ilaç. Kjo i përngjan fjalës së Allahut të Lartësuar, kur përshkruan fuqinë e stuhisë që shkatërroi popullin e Adit. "Ajo rrënoi çdo gjë, me urdhrin e Zotit të saj." [Ahkaf, 25] Pra, ajo stuhi shkatërroi çdo gjë që pranonte shkatërrimin dhe që një furtunë mund ta shkatërronte. Shembuj të tillë ka shumë.

Çdokush që mediton në krijimin e të kundërtave në këtë botë, në mënyrën se si ato kundërshtojnë, largojnë dhe përpiqen të mbizotërojnë njëra-tjetrën, do të bindet plotësisht për pushtetin absolut të Allahut, për urtësinë dhe krijimin e Tij të përkryer, i Cili është i vetëm në zotërimin, sundimin dhe mbretërimin mbi gjithçka, ndërsa çdo gjë tjetër veç Tij ka një të kundërt që e pengon dhe e kundërshton. Ai është i Pasuri në vetvete, që nuk ka nevojë për asgjë, ndërsa çdo gjë tjetër veç Tij është e nevojshme, e varfër për nga natyra.

Në hadithe të sakta jemi urdhëruar që të mjekohemi dhe, pa dyshim, kjo nuk bie ndesh aspak me urdhrin për mbështetje (*teuekkul*) në Zotin, ashtu sikurse nuk bie ndesh me të edhe largimi i urisë, etjes, të nxehtit dhe të ftohtit, me të kundërtit e tyre. Madje, teuhidi i vërtetë nuk mund të plotësohet pa realizuar faktorët që Zoti i ka vendosur si shkaktarë të pasojave. Kështu e ka përcaktuar Ai funksionimin e kësaj bote, e po kështu ka përcaktuar edhe ligjet me dispozitat e Sheriatit.

Nëse mohojmë lidhjen shkak-pasojë, kemi mohuar e cenuar edhe *teuekkul*-in. Ne nuk mund të cenojmë ligjin e vendosur nga Allahu i Lartësuar me urtësinë e Tij, dhe këtë ta paraqesim si mbështetje të plotë tek Ai. Lënia e shkaqeve është pamundësi dhe kurrë nuk mund të jetë *teuekkul*, i cili në vetvete është mbështetje e plotë e zemrës tek Allahu i Lartësuar për arritjen e gjithçkaje të dobishme në fenë dhe dynjanë e robit dhe largimin e shpëtimin nga gjithçka e dëmshme për fenë dhe dynjanë e tij. Për *teuekkul*-in e saktë është e domosdoshme kryerja e shkaqeve, urdhrave e udhëzimeve të Zotit, ose përndryshe do të hidhen poshtë urtësitë dhe ligjet e vendosura nga i Gjithëdituri. Pra, robi nuk duhet të trajtojë paaftësinë e tij si *teuekkul*, por as *teuekkul*-in nuk duhet ta trajtojë si paaftësi.

Në këtë hadith, gjithashtu, ka argument edhe kundër atyre që e refuzojnë të mjekuarit. Këta thonë që: nëse shërimi është përcaktuar në kaderin e Allahut të Lartësuar, atëherë mjekimi është i panevojshëm. Por edhe nëse është pëcaktuar që të mos shërohet, ai përsëri është i pavlefshëm. Ata thonë se sëmundja godet me kaderin e Zotit, dhe kaderi i Tij nuk mund të ndalohet apo të kthehet pas. Këtë qëndrim e shprehte pyetja që beduinët i shtruan Profetit (s.a.u.s.), por sahabët e mëdhenj ishin shumë më të ditur rreth Allahut, urtësisë dhe cilësive të Tij që të mund të sillnin pyetje të tilla. Sidoqoftë, Pejgamberi (s.a.u.s.) u dha atyre një përgjigje shëruese dhe të mjaftueshme. Ai u tregoi se ilaçet, rukjet dhe masat parandaluese janë gjithashtu pjesë e kaderit të Allahut. Asgjë nuk del nga kaderi i Tij. Kaderi mund të kthehet mbrapsht po me kader; pra, edhe ky kthim është po kaderi i Tij.

Nuk ka asnjë mundësi për të dalë nga kaderi i Allahut. Për shembull, uria dhe etja të godasin prej kaderit të Zotit, por, po kaderi i Tij është fakti që, nëse përdor të kundërtat, ato të largohen. Edhe armiku godet me kaderin e Allahut, por nëpërmjet xhihadit, po me kaderin e Allahut, ai largohet. Çdo gjë është prej kaderit të Allahut.

Sipas arsyetimit tuaj, - u themi atyre njerëzve - duhet të themi se është e panevojshme kryerja e shkaqeve nëpërmjet të cilave ju arrini të mirat dhe largoni të këqijat, sepse nëse dobia dhe dëmi janë të përcaktuara nga kaderi, ato do të ndodhin patjetër, dhe nëse nuk janë përcaktuar, nuk kanë për të ndodhur! Pa, dyshim, ky arsyetim është vërtet shumë i ulët dhe i mbrapshtë, sepse sjell shkatërrimin e fesë dhe të dynjasë, madje shkatërrimin e të gjithë botës. Të tilla arsyetime i përdor vetëm ai që e mohon të vërtetën padrejtësisht dhe me vetëdije shpreh armiqësi ndaj saj. Këta, nëpërmjet kaderit, mundohen të justifikojnë mospranimin e argumentimit të pathyeshëm të kundërshtarit. I Lartësuari thotë: "Idhujtarët do të thonë: 'Sikur të donte Allahu, nuk do të adhuronim tjetër veç Tij as ne, as baballarët tanë, dhe ne nuk do të kishim bërë të ndaluar asgjë'. Kështu mohonin edhe ata para tyre, derisa shijuan dënimin tonë. Thuaju: "A keni ndonjë provë të na paraqitni? Ju mbështeteni vetëm në hamendje dhe jeni vetëm gënjeshtarë." Thuaju: "Allahu ka argumentin më bindës dhe, po të donte Ai, të gjithëve do t'ju përudhte në rrugë të drejtë!" [En'am, 148-149] Ai thotë gjithashtu: "Ata që i shoqërojnë Allahut zota të tjerë, thonë: 'Sikur të donte Allahu, as ne, as të parët tanë nuk do të adhuronim gjë tjetër, përveç Tij, dhe nuk do të kishim ndaluar asgjë, pa dëshirën e Tij'. Kështu kanë vepruar edhe popujt para këtyre. Për të dërguarit s'ka tjetër detyrë, veç të shpallin qartë. Çdo populli Ne i çuam një të dërguar (që u thoshte): 'Adhuroni Allahun dhe shmangni idhujt!' Disa prej tyre Allahu i shpuri në rrugë të drejtë e disa e merituan të mbeten në humbje. Andaj, udhëtoni nëpër botë të shihni se si ishte fundi i mohuesve!" [Nahl, 35-36]. Ata i thonë këto fjalë për të justifikuar mohimin e tyre të argumenteve që Allahu u sjell njerëzve nëpërmjet profetëve.

Këta njerëz gjithashtu thonë: Ekziston edhe një problem tjetër, që nuk e keni sqaruar. Allahu i Lartësuar e ka përcaktuar që të ndodhë diçka nëpërmjet një shkaku të caktuar. Nëse ti kryen sebepin apo shkakun, vjen pasoja, e nëse jo, ajo nuk vjen, dhe unë nuk do të mund ta kryej atë.

Këtyre u themi: A e pranoni këtë arsyetim prej shërbëtorit, fëmijës apo partnerit tuaj? Pra, nëse ju e urdhëroni apo ndaloni atë nga diçka dhe ai ju kundërshton, a do ta pranoni prej tij arsyetimin që: "Zoti nuk e përcaktoi për mua që unë ta veproj këtë sebep, prandaj nuk munda ta kryej atë që ti më urdhërove apo më ndalove (pra pasojën)"? Nëse arsyetoni në këtë mënyrë, atëherë ju nuk duhet ta qortoni atë nëse ai ju merr pasurinë, cenon nderin tuaj dhe shkel të drejtat tuaja. Nëse nuk e pranoni, atëherë si mund ta përdorni një arsyetim të tillë kur bëhet fjalë për shkeljen e dispozitave të Zotit dhe porosive të Tij?

Sipas një gojëdhëne prej Benu Israilëve, Ibrahimi, Profeti i dashur i Allahut, tha njëherë: - O Zoti im! Prej kujt vjen sëmundja? Ai tha: "Prej Meje!" - Po shërimi, prej kujt vjen? Ai tha: "Prej Meje." - Po atëherë, ç'punë bën mjeku?! Allahu tha: "Ai është një njeri në dorën e të cilit Unë dërgoj ilaçin."

Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë se, "për çdo sëmundje ka ilaç". Kjo është vërtet mjaft inkurajuese dhe qetësuese si për zemrën e të sëmurit, ashtu edhe për doktorin. Kjo thënie është një nxitëse e fortë për të kërkuar dhe hulumtuar rreth ilaçit që duhet. I sëmuri, kur e di se për sëmundjen e tij ekziston një ilaç që e shëron, në zemrën e tij lind një shpresë e madhe, i largohet dëshpërimi dhe i hapet porta e shpresës. Rrjedhimisht, kur i sëmuri bëhet optimist, atij i shtohen fuqitë e brendshme, energjia, shpirti dhe mendja. Këto fuqi, më pas, forcojnë atë pjesë të trupit që është prekur nga sëmundja, e kështu bëhet më lehtë që lëngimi të mposhtet dhe të largohet.

Në të njëjtën mënyrë ndikohet edhe mjeku. Kur ai ka siguri se për një sëmundje të caktuar ekziston një ilaç, ai përpiqet me të gjitha forcat që ta zbulojë dhe gjejë atë.
Sëmundjet trupore u përngjajnë sëmundjeve shpirtërore. Allahu i Lartësuar, ashtu siç ka zbritur për çdo sëmundje shpirtërore një mënyrë shërimi, po ashtu ka zbritur ilaçin edhe për sëmundjet fizike. Nëse njeriu e njeh ilaçin dhe e përdor atë në mënyrën e duhur, atëherë zemra e tij do të shërohet, me lejen e Allahut të Lartësuar.

Suneti për një dietë të shëndetshme

Në *Musned* e gjetkë shënohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Nuk mbush njeriu enë më të keqe se barku i tij. I mjaftojnë birit të Ademit disa kafshata për të mbajtur veten. Nëse patjetër duhet të hajë (më shumë), le të lërë një të tretën e barkut për ushqimin, një të tretën për pijen dhe një të tretën për frymëmarrjen."[1]
Sëmundjet fizike prekin dhe dëmtojnë trupin, madje çrregullojnë edhe funksionimin normal të tij, për shkak të pranisë me tepri të një substance të dëmshme. Shumica e sëmundjeve janë të tilla. Shkak i tyre është ngrënia e tepërt, mbi nevojën që ka trupi për ushqim, ose konsumimi i ushqimeve me dobi të pakët ushqyese dhe të vështira në tretje, ose konsumimi i ushqimeve që kanë një përzierje të ndërlikuar. Nëse njeriu e mbush barkun me të tilla ushqime, dhe kjo është kryesisht gjendja e vazhdueshme e tij, ai kërcënohet nga sëmundje të ndryshme. Prej këtyre, ka sëmundje që shërohen dhe kalojnë shpejt. Por ka edhe prej tyre të cilat e vonojnë shërimin. Nëse njeriu tregohet i kujdesshëm në ushqim, duke konsumuar vetëm aq sa ka nevojë dhe duke përzgjedhur një dietë të mirë në masë dhe cilësi, pa dyshim ai do të përfitojë më shumë sesa po të konsumojë në sasi të madhe.

Ushqimi që ne hamë mund të jetë i domosdoshëm, i mjaftueshëm ose i tepërt. Pejgamberi (s.a.u.s.) ka mësuar se birit të Ademit i mjaftojnë disa kafshata për ta mbajtur gjallë, që të mos dobësohet dhe të mos humbasë fuqinë. Nëse patjetër i duhet të kalojë këtë masë, le të hajë aq sa t'i mbushet një e treta e barkut; një të tretën

---

[1] Ahmedi, Tirmidhiu, nr. 1381; Ibn Maxhe, nr. 3349, me *sened sahih*.

tjetër ta lërë për pijen dhe një të tretën për frymëmarrjen. Kjo dietë e mrekullueshme është më e dobishmja për shpirtin dhe trupin. Nëse barku mbushet plot, në të nuk mbetet vend për pijen. Nëse futet edhe pija, ai ngushton frymëmarrjen, aq sa njeriu lodhet dhe gulçon nga pesha e ushqimit, ashtu sikurse gulçon ai që mbart pesha të rënda. Por, përveç kësaj, ai dëmton edhe zemrën e tij (shpirtin), gjymtyrët i dembelosen, prandaj nuk dëshirojnë të bëjnë adhurime dhe t'i binden Zotit. Me një dietë të rënduar dhe të tepruar, ai është i prirur drejt epsheve të forta.

Mbushja plot e barkut dëmton trupin dhe shpirtin, nëse kjo ndodh në mënyrë të vazhdueshme apo në të shumtën e rasteve. Nëse ndodh rrallë, atëherë nuk është shqetësuese dhe nuk dëmton. Ebu Hurejra, në prani të Profetit (s.a.u.s.), ka pirë aq shumë qumësht njëherë, sa tha: "Betohem në Atë që të dërgoi ty si Profet me të vërtetën e sigurt, se nuk kam ku ta fus më (qumështin)!"[1] Edhe sahabët, në prani të tij, kanë ngrënë derisa janë ngopur.

Tejngopja e dobëson fuqinë trupore, edhe pse e fryn trupin dhe e shëndosh atë. Fuqia trupore shtohet veçse nëpërmjet ushqimeve të dobishme, dhe jo nga masa e ushqimit që fut në trup.
Trupi i njeriut përbëhet nga tre elemente bazë: uji, të ngurtat (dheu) dhe ajri.[2] Kjo është arsyeja përse Pejgamberi (s.a.u.s.) i ka dhënë secilit element vendin e duhur në trup.

Nëse ndonjë pyet për pjesën që zë zjarri në trup, ne themi se mjekët pohojnë që për reaksionet që ndodhin në trup përdoret pikërisht nxehtësia. Ka njerëz që nuk e pranojnë këtë ide, duke thënë se zjarri nuk është pjesë e trupit të njeriut. Ata arrijnë në këtë përfundim duke u nisur nga tezat e mëposhtme:
Së pari, pjesa zjarrmore ose do të zbriste nga ajri dhe do të përzihej me pjesën ujore dhe të ngurtë të trupit, ose do të ekzistonte brenda ujit dhe lëndës së ngurtë (të trupit).

---

[1] Buhariu, vëll. 11, 346.
[2] Ndërsa elementi i katërt është zjarri, sipas grekëve të lashtë.

Kështu, mundësia e parë - sipas tyre - është e papranueshme, sepse zjarri, normalisht, ngjitet lart dhe nuk shkon asnjëherë për poshtë, përndryshe ai do të nisej nga qendra e tij e do të ulej në tokë. Përveç kësaj, nëse zjarri vërtet zbret, ai duhet të kalojë së pari nëpër ato sfera të të ftohtit të skajshëm që ekzistojnë mbi tokë, por edhe ashtu do mbetej sërish i paprekur, i pakontaktuar me diçka tjetër. Megjithatë, ajo çfarë vihet re në këtë botë është se një zjarr i madh mund të shuhet qoftë edhe me pak ujë. Kështu që, nëse zjarri do të zbriste nga qendra e tij në tokë, ai do të shuhej për shkak të sferave mjaft të ftohta nga ku do të kalonte.

Mundësia e dytë është që zjarri të formohet brenda lëndëve të ngurta dhe brenda lëngjeve. Kjo është akoma më pak bindëse, pasi trupi që kthehet në zjarr, përveçse i rrethuar nga elemente të tilla, duhet që më parë të ketë qenë ujor, lëndor ose ajror (prej ajri). Kësisoj, elementi që është i rrethuar dhe që ndërvepron me elementet ujore ose të ngurta nuk do të kthehej në zjarr në vetvete. Po të mos prodhonte nxehtësi, trupi vetë do të ishte i ftohtë. Nëse natyra e trupit është e ndjeshme ndaj të ftohtit dhe mjedisi rrethues nuk jep efektin e kundërt, atëherë temperatura e trupit shkon në gradën më të ulët. Në këtë gjendje, trupi nuk do ta ndiente të ftohtin, sepse temperatura e tij do të ulej aq shumë, saqë në realitet do të kishte ngrirë. Për këtë arsye, gjendja e të ftohtit dhe trupi do të ishin në të njëjtën gradë të ulët, prandaj trupi nuk do ta ndiente të ftohtin e as ndonjë dhembje, për shkak të të ftohtit të skajshëm. I njëjti argumentim mund të bëhet për rastin kur trupi është në temperaturë më të ulët sesa vetë substanca e ftohtë. Kështu pra, nëse trupi nuk do të kishte ndonjë pjesë të zjarrtë, ai, normalisht, nuk do ta ndiente të ftohtin ose nuk do të ndikohej prej tij.

Ata thonë gjithashtu: Argumentet tuaja shërbejnë vetëm për të kundërshtuar mendimin se pjesët e zjarrta mbeten si zjarr brenda trupit. Në fakt, ne nuk e mbështesim këtë ide, por themi se zjarri ndryshon kur përzihet me trupin.

Pala kundërshtuese përgjigjet: Pse të mos themi që nxehtësia e diellit përzien dheun, ujin dhe ajrin? Më pas, kur përzierja e përftuar arrin pjekurinë, ajo është gati të marrë forma të reja, qofshin ato bimë, kafshë ose minerale, që zhvillohen në nxehtësi. Pse të mos themi që nxehtësia apo ngrohtësia e brendshme që ka trupi është fryt i disa cilësive dhe forcave që Allahu i krijon nëpërmjet përzierjes së atyre elementeve, dhe jo se trupi ka pjesë të zjarrta? Ju nuk mund t'i mohoni këto mundësi, ashtu siç pranojnë edhe disa nga mjekët më të zotë.

Ç'është e vërteta, fakti që trupi ndien të ftohtët tregon vetëm se në të ndodhet një nxehtësi e brendshme. E cili mund ta mohojë këtë? Nga ana tjetër, çfarë prove dëshmon se kjo nxehtësi prodhohet nga zjarri? Po, është e vërtetë që zjarri prodhon nxehtësi, por jo çdo lloj nxehtësie çlirohet prej zjarrit. Më saktë, pohimi më i drejtë do të ishte se: disa lloje nxehtësish prodhohen nga zjarri.

Përveç kësaj, pohimi se: kur zjarri përzihet me trupin, thelbi e tij ndryshon, nuk mbështetet si nga doktorët më të mirë, edhe nga faktet reale. Madje, njëri nga mbështetësit tuaj më të mirë (Ibn Sina, që thotë se trupi ka një pjesë prej zjarri) ka pranuar në librin e tij *Kurimi* se katër elementët bazë (uji, zjarri, dheu dhe ajri) i ruajnë cilësitë e tyre thelbësore kur përzihen me diçka tjetër.

Llojet e ilaçeve të Profetit (s.a.u.s.)

Pejgamberi (s.a.u.s.) përdorte tri lloje barnash për të kuruar sëmundje të ndryshme: natyrore, hyjnore dhe përzierje të këtyre të dyjave.

Ne do të flasim për të tria llojet, sipas udhëzimit dhe traditës së tij (s.a.u.s.). Fillimisht do të tregojmë ilaçet natyrore, të cilat i ka përshkruar dhe përdorur ai, pastaj do të flasim për ilaçet hyjnore, dhe në fund do të përshkruajmë ilaçet e përziera. Ne thjesht do të përcjellim disa copëza nga ai udhëzim gjithëpërfshirës dhe i plotë që solli Pejgamberi (s.a.u.s.) në këto aspekte.

Ai (s.a.u.s.) u dërgua si udhëzues në rrugën e drejtë, ftues i njerëzimit në rrugën e Allahut dhe në Xhenetin e Tij, përcjellës i diturisë rreth Allahut të Lartësuar, qartësues i rrugëve me të cilat arrihet kënaqësia e Allahut dhe urdhërues për to, sqarues i çdo gjëje që zemëron Allahun dhe ndalues i saj. Ai i përcolli njerëzimit fakte të sigurta rreth historisë së profetëve dhe të dërguarve të Zotit, rreth marrëdhënieve të tyre me popujt në të cilët u dërguan. Ai solli të vërtetat e krijimit të botës: si filloi ajo dhe si do të jetë përfundimi i saj, ku do të jetë fundi i të mirëve dhe ku fundi i të këqijve. Ai erdhi si udhëzues për të arritur lumturinë e kësaj jete dhe atë të amshuar dhe për të shpëtuar nga trishtimi i kësaj jete dhe ai i përjetësisë. Ai i sqaroi plotësisht rrugët e arritjes së lumturisë dhe të shpëtimit nga hidhërimi.

Për sa i përket mjekësisë së trupit, ajo është pjesë plotësuese e Sheriatit të Profetit (s.a.u.s.), pa të cilën ai do të ishte i mangët. Ilaçet e trupit duhen përdorur atëherë kur është e nevojshme. Ndërsa për të kuruar sëmundjet e zemrës dhe të shpirtit, më e mira është që t'i kushtosh kohë e energji ruajtjes dhe mbrojtjes së tyre nga ndonjë e keqe që mund t'i prekë ato. Ky është qëllimi final që synon të arrijë misioni i Profetit (s.a.u.s.). Tashmë është fakt që, të kurosh sëmundjet e trupit pa kuruar njëherë zemrën, nuk ia vlen, pasi nuk ka rezultat. Nga ana tjetër, kurimi i zemrës teksa trupi është sëmurë nuk sjell ndonjë dëmtim, madje kur ndodh kështu, dhimbja e sëmundjes largohet dhe do të zëvendësohet me të mirën e pashtershme.
Në fund, suksesi vjen vetëm nga Allahu!

Tradita e Profetit (s.a.u.s.) në mjekimin e zjarrmisë

Në dy *Sahih*-ët është rrëfimi prej Nafiut, i cili përcjell prej Ibn Omerit se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Pa dyshim, zjarrmia ose temperatura e lartë vjen prej një afshi të nxehtë që çliron Xhehenemi, prandaj ftoheni atë me ujë."[1]

Për shumë mjekë dritëshkurtër ky hadith duket problematik dhe në kundërshtim me mënyrën e mjekimit dhe shërimit të

[1] Buhariu vëll. 10, 146; Muslimi, nr. 2209.

temperaturës së lartë. Me ndihmën e Allahut të Lartësuar, ne do të mundohemi ta shpjegojmë me imtësi këtë hadith.
Thëniet dhe porositë e Profetit (s.a.u.s.), në aspektin se kujt i drejtohen, janë dy llojesh:

1. Porosi gjithëpërfshirëse, që u drejtohen të gjithë banorëve të tokës, sikurse janë kryesisht të gjitha porositë e tij.
2. Porosi të posaçme që u drejtohen vetëm një kategorie të caktuar njerëzish, sikurse është rasti me hadithin: "Mos u ktheni drejt Kiblës për të kryer nevojën apo për të urinuar dhe as mos i ktheni shpinën asaj (në të tilla raste), por kthehuni drejt Lindjes ose drejt Perëndimit."[1] Ky urdhër, siç kuptohet, nuk është për banorët e lindjes dhe të perëndimit apo për banorët e Irakut. Ai vlen vetëm për banorët e Medinës dhe për ata që janë në kahun e saj, përkundrejt Kiblës. Po kështu kuptohet edhe fjala e tij në hadithin tjetër: "Kibla është mes Lindjes dhe Perëndimit."[2]

Nëse kjo kuptohet qartë, atëherë mund të themi se hadithi në fjalë (për ethet) u drejtohet banorëve të Hixhazit (Arabia Perëndimore), zjarrmia e të cilëve kryesisht shkaktohet nga nxehtësia e diellit. Kësaj lloj zjarrmie i bën dobi uji i ftohtë, duke e pirë apo duke bërë banjë me të.

Ethet shkaktojnë rritje të temperaturës në trup, e cila nis së pari në zemër dhe shpërndahet prej saj nëpërmjet enëve të gjakut dhe shpirtit, duke dëmtuar kështu funksionimin normal të trupit.
Ka dy lloje zjarrmie: ajo afatshkurtër, që shkaktohet nga tumoret, goditja e diellit, lëvizjet e tepërta ose nga vapa përvëluese, dhe lloji tjetër që shkaktohet nga ndonjë sëmundje, e cila zakonisht nis nga një organ dhe pastaj nxeh tërë trupin.

Kur zjarrmia është e llojit të parë, ajo zgjat nga një deri në tri ditë. Nëse ajo është pasojë e përzierjeve të dëmshme, quhet zjarrmi toksike ose septike, e cila më tej shfaqet në katër forma: vrerike (prej vrerit të verdhë), melankolike (prej vrerit të zi), flegmatike

[1] Buhariu, vëll. 1, 418; Muslimi, nr. 264.
[2] Tirmidhiu, nr. 344; Ibn Maxhe, nr. 1011; El Hakimi, vëll. 1, 205-206; Bejhakiu vëll. 2, 9; të gjithë prej Ebu Hurejrës. Ky hadith, duke marrë në konsideratë rrugët e ndryshme të transmetimit të tij, është i gradës *sahih*.

(prej këlbazës) dhe sanguine (prej gjakut). Kur zjarrmia buron prej organeve kryesore të trupit, ajo quhet 'zjarrmi e ashpër, përcëlluese', e cila gjithashtu paraqitet në disa forma.

Në fakt, trupi përfiton prej etheve më shumë sesa nga marrja e ilaçeve. Kjo ndodh sepse temperatura nxeh dhe pjek disa substanca të dëmshme, gjë që nuk mund të ndodhë ndryshe. Përveç kësaj, temperatura liron disa bllokime, sidomos ato që nuk arrin t'i bëjë mjekësia.

Për sa i përket infektimit të thjeshtë dhe kronik të syrit (konjuktivitis), zjarrmia ndihmon në kurimin e shpejtë të shumë llojeve të tij, po ashtu siç ndihmon kundra paralizës faciale, hemiplegjisë (paralizës që prek vetëm njërën anë të trupit), spazmave dhe kundra shumë sëmundjeve që shkaktohen nga substanca veshtullore ose teprica substancash.

Disa nga mjekët më të zotë ndihen disi të çliruar kur një trup të sëmurë e kaplojnë ethet, ashtu si një i sëmurë gëzohet kur merr veten nga sëmundja. Arsyeja është se zjarrmia është më efikase sesa barnat në disa raste, pasi ajo pjek disa substanca të prishura dhe septike që dëmtojnë trupin. Kur substanca të tilla arrijnë pjekurinë, ato 'kapen' nga ilaçi, dhe kështu janë gati të dalin nga trupi. Në këtë mënyrë, ethet bëhen pjesë e kurimit.

Mbështetur në këto fakte, duket se hadithi flet për zjarrminë afatshkurtër, e cila shuhet duke e larë trupin me ujë të ftohtë ose duke e pirë atë. Pas kësaj, nuk ka nevojë për asnjë ilaç tjetër, sepse kjo lloj zjarrmie përbëhet nga nxehtësia që është e lidhur me shpirtin. Kur përdoret një lëndë e ftohtë, nxehtësia e prodhuar nga ethet asgjësohet, pa u dashur që të nxirret nga trupi ndonjë përzierje substancash ose që të pritet për pjekjen e tyre.

Galeni,[1] një mjek mjaft i shquar, e ka pranuar që uji i ftohtë ndihmon në kapërcimin e këtij lloji të etheve. Në librin e tij *Metodat e shërimit*, ai thotë: "Nëse një djalë i ri dhe i shëndetshëm,

---

[1] Mjek i njohur në Greqinë e lashtë. Ka vdekur rreth vitit 216 të erës sonë.

që nuk vuan nga ndonjë tumor i brendshëm, bën banjë ose zhytet në ujë të ftohtë atëherë kur ditët janë mjaft të nxehta, ai do të përfitojë prej kësaj...”. Ai thotë, gjithashtu, se e ka dhënë këtë këshillë mbi rregulla të caktuara.

Gjithashtu, El Razi, në librin e tij *El Kebir*, thotë: “Nëse fuqia fizike është normale, por zjarrmia është tepër e ashpër dhe maturimi (i substancave të dëmshme) është i dukshëm, kur i sëmuri nuk vuan nga ndonjë tumor i brendshëm ose nga ndonjë lloj thyerjeje a këputjeje, atëherë pirja e ujit të ftohtë i bën mirë atij. Nëse i sëmuri është i shëndoshë (në peshë), nëse moti është i nxehtë dhe personi është mësuar me banjë të ftohtë, le ta bëjë atë.”

Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: “Zjarrmia vjen prej një afshi që lëshon Xhehenemi.” Ky hadith mund të kuptohet në dy mënyra:

1. Sipas kuptimit të drejtpërdrejtë, prej Xhehenemit del një pjesë e vogël e afshit të tij, në mënyrë që njerëzit të jenë të vetëdijshëm dhe të nxjerrin mësime prej kësaj dukurie. Kësisoj, Allahu i Lartësuar ka krijuar shkakun dhe arsyen që ethet të shfaqen në këtë dynja. Në të njëjtën mënyrë, Ai ka lejuar që në këtë dynja të shfaqen pjesë apo shembuj të vegjël të mirësive të Xhenetit, sikurse janë ndjenja e lumturisë, gëzimit, kënaqësisë e mirësi të tjera të kësaj dynjaje. Të tilla “pjesëza” të ndëshkimit apo kënaqësisë, janë dëshmi për njerëzit për ekzistencën e tyre në ahiret, nga të cilat ata përfitojnë mjaft dobi dhe mësime.

2. Sipas kuptimit figurativ, hadithi bën një shëmbëllim të vuajtjes dhe nxehtësisë së madhe të përjetuar gjatë etheve me nxehtësinë dhe vuajtjen në zjarrin e Xhehenemit. Në këtë mënyrë, zemrat tona mund të imagjinojnë torturën e Zjarrit dhe nxehtësinë që çlirohet prej tij. Kjo është bërë për të treguar vuajtjen e madhe që kalon i sëmuri nga njëra anë, por, nga ana tjetër, edhe për t’u tërhequr vërejtjen krijesave, që ato të marrin masat për t’u ruajtur nga Zjarri dhe vuajtja në Xhehenem, e cila është shumë më e rëndë sesa vuajtja gjatë etheve. Kur ju përjetoni me dhembje dhe vuajtje të madhe temperaturën e lartë të trupit tuaj gjatë sëmundjes, atëherë mendohuni dhe reflektoni si duhet për t’u ruajtur ndaj nxehtësisë së padurueshme të Xhehenemit.

Pejgamberi (s.a.u.s.). tha: "…ftoheni atë me ujë". Për sa i përket fjalës "ujë", janë dhënë dy mendime:

1. Këtu bëhet fjalë për çdo lloj uji. Pra, freskojeni, ftoheni zjarrminë me çdo lloj uji.

Por edhe këta janë ndarë në dy mendime, për sa i përket kuptimit të hadithit. Disa thonë se kuptimi është: freskojeni atë duke shpërndarë ujë si sadaka. Këta e shpjegojnë në këtë mënyrë, sepse iu duket problematik përdorimi i ujit për të sëmurin me ethe. Megjithatë, kjo vjen nga padituria e tyre. Ndërsa të tjerët thonë se këtu bëhet fjalë për përdorimin e ujit. Pra, kuptimi është: freskojeni atë duke përdorur ujë (duke e pirë dhe duke u larë me të). Ky është mendimi më i saktë.

2. Këtu bëhet fjalë për ujin e Zemzemit. Pra, kuptimi është: ftoheni zjarrminë me ujë Zemzemi. Këta e argumentojnë saktësinë e mendimit të tyre me hadithin në *Sahih*-un e Buhariut prej Ebu Xhemrate Nasr ibn Imran El Dubeit, i cili rrëfen: - Unë shoqërohesha shumë me Ibn Abasin në Mekë. Kur u sëmura njëherë me ethe, ai më tha: - Freskohu me ujë Zemzemi. Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Zjarrmia është prej afshit të Xhehenemit, prandaj freskojeni atë me ujë!" - Ose tha: "...me ujë Zemzemi!."[1] Transmetuesi ka dyshuar për këtë hadith. Por edhe nëse do të tregonte me siguri të plotë se bëhej fjalë për ujin e Zemzemit, kjo do të ishte e vlefshme për banorët e Mekës, të cilët e kanë të thjeshtë të gjejnë ujë Zemzemi. Të tjerëve u mjafton të përdorin çdo lloj uji që gjendet pranë tyre.

Ebu Nuajmi e të tjerë sjellin hadithin prej Enesit, i cili ia atribuon Profetit (s.a.u.s.), ku thuhet: "Nëse dikush prej jush ka zjarrmi, le të lahet me ujë të ftohtë tri net rresht në kohën e syfyrit."[2]

Edhe në *Sunen*-in e Ibn Maxhes është hadithi i Ebu Hurejrës, që përcjell se Profeti (s.a.u.s.) ka thënë: "Zjarrmia është afsh që vjen prej Xhehenemit. Largojeni atë prej jush me ujë të ftohtë!"[3]

---

[1] Buhariu, 6, 238.

[2] Hakimi në *Mustedrak*, 4, 200, dhe e ka gjykuar si të saktë. Këtë gjykim e ka miratuar edhe Dhehebiu. El Hafidh ibn Haxheri thotë në *Fet'hul Bari* që: "*Sened*-i i tij është i fortë."

[3] Ibn Maxhe, me numër 3475. Transmetuesit janë të besueshëm.

Në *Musned* e gjetkë është hadithi i Hasanit, që e përcjell prej Sumrates, i cili ia atribuon Profetit (s.a.u.s.), ku thuhet: "Zjarrmia është një pjesë prej Zjarrit (të Xhehenemit). Freskohuni prej saj me ujë të ftohtë!" Pejgamberi (s.a.u.s.), kur sëmurej me temperaturë, kërkonte një enë me ujë, të cilën e hidhte mbi kokën e tij dhe lahej.[1]

Në *Sunen* është hadithi i Ebu Hurejrës, që ka thënë: - Në prani të Profetit (s.a.u.s.) u përmend zjarrmia e trupit, dhe një burrë e shau atë. Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Mos e shaj atë, sepse ajo i largon gjynahet ashtu sikurse zjarri largon zgjyrën e hekurit."[2]

Zjarrmia zakonisht shoqërohet me mungesë oreksi, e kështu bëhet e mundur që trupi të ruhet nga ushqimet e këqija dhe dëmtuese, nga njëra anë, duke marrë ilaçet dhe ushqimet e dobishme, nga ana tjetër. Në këtë mënyrë, trupi pastrohet nga çdo lloj ushqimi dhe substance e dëmshme, duke nxjerrë jashtë çdo tepricë dëmtuese. Pra, me fjalë të tjera, ajo vepron ndaj trupit njëlloj siç vepron edhe zjarri ndaj hekurit. Ashtu sikurse hekuri pastrohet nga çdo gjë e huaj kur trajtohet me zjarr, edhe trupit i hiqen papastërtitë nëpërmjet zjarrmisë. Kjo është njohur nga të gjithë mjekët e trupit.

E për sa i përket pastrimit të shpirtit dhe largimit të ndotësve prej tij nëpërmjet sëmundjes me temperaturë të lartë, kjo është një çështje që e njohin vetëm mjekët e zemrave (shpirtit), të cilët e

---

[1] Këtë hadith nuk e kemi gjetur në *Musned*, por e ka sjellë Hejthemi në *Mexhmeuz-Zeuaid*, 5, 94, i cili ia ka atribuuar atë Taberaniut dhe Bezzarit, pastaj ka thënë: "Në *sened*-in e këtij hadithi bën pjesë edhe Ismail ibn Muslimi, të cilin dijetarët e *sened*-it e kanë konsideruar si të braktisur, të cilit nuk i merren transmetimet.

[2] Ibn Maxhe, me numër 3469, por në *sened*-in e tij merr pjesë Musa ibn Abidete, i cili konsiderohet si i dobët. Por imam Muslimi sjell në *Sahih*-un e tij hadithin me numër 4575 prej Xhabir ibn Abdullahit, se Profeti shkoi për vizitë tek Ummu Saibi (ose Ummu Musejjibi) dhe tha: "Çfarë ke, o Ummu Saib (ose Ummu Musejjib), që po dridhesh?" Ajo tha: "Ethe, që Allahu mos i bekoftë!" Profeti (s.a.u.s.) tha: "Mos i shaj ethet, sepse ato i largojnë gjynahet e birit të Ademit ashtu sikurse zjarri i largon papastërtitë e hekurit."

vërtetojnë dhe e shohin të realizohet pikërisht ajo që ka treguar Profeti i Allahut. Por nëse sëmundja e shpirtit ka arritur një gradë të pa shpresë për shërim, ky lloj ilaçi nuk i bën dobi.

Kështu, zjarrmia është e dobishme si për trupin, edhe për shpirtin, e, si e tillë, ajo kurrsesi nuk duhet të mallkohet. Madje, kjo konsiderohet si padrejtësi dhe mosmirënjohje.

Ebu Hurejra ka thënë: "Nuk ka ndonjë sëmundje më të dashur për mua sesa zjarrmia, sepse ajo prek çdo organ timin, dhe Allahu i jep çdo organi pjesën e tij të shpërblimit."

Tirmidhiu sjell në librin e tij *El Xhamiu* hadithin *merfu* të Rafi ibn Hadixhit, ku thuhet: "Nëse dikush prej jush sëmuret me ethe, - dhe ethet janë një pjesë prej Zjarrit - le t'i shuajë ato me ujë të ftohtë! Le të hyjë në një lumë që rrjedh dhe të zhytet përballë rrymës së tij, pas agimit dhe para lindjes së diellit, e ndërkohë të thotë: '*Allahume-shfi abdeke ue saddik rasuleke*!' (O Allah! Shëroje robin Tënd dhe vërtetoje fjalën e Profetit tënd!) Pastaj, le të zhytet në të tri herë, për tri ditë rresht. Nëse shërohet, mirë, nëse jo, le të plotësojë pesë ditë; nëse sërish jo, le t'i bëjë shtatë, e nëse përsëri nuk shërohet, le t'i bëjë nëntë. Me lejen e Allahut, ajo (temperatura e lartë) rrallë i kalon nëntë ditët."[1]

Kjo është mjaft e dobishme të praktikohet në stinën e verës, në vendet e nxehta, me kushtet që i përmendën më sipër (pra, të jetë temperaturë jo e shkaktuar nga infeksionet apo shkaqe të brendshme, por temperaturë kalimtare). Uji në këtë kohë (pak para agimit) është shumë i ftohtë, sepse ende nuk është ngrohur nga dielli, ndërsa trupi është i fortë pas pushimit të gjatë të natës. Gjithashtu, edhe ajri në atë kohë është i freskët. Duke u mbledhur së bashku fuqia trupore dhe "ilaçi" i përshtatshëm, - pra, uji i ftohtë, që mposht zjarrminë kalimtare, e cila nuk është shkaktuar nga infeksioni apo lëndë të këqija në trup - patjetër që nxehtësia e temperaturës do të shuhet, me lejen e Allahut.

---

[1] Tirmidhiu, me numër 2085, Ahmedi, 5, 281 prej Theubanit dhe jo prej Rafi ibn Hadixhit. Në *sened*-in e tij ka transmetues të panjohur.

Suneti për kurimin e diarresë

Në dy *Sahih*-ët është hadithi i El Muteuekkilit, i cili përcjell prej Ebu Seid El Hudriut, që thotë: - Një burrë erdhi te Pejgamberi (s.a.u.s.) dhe i tha: - Vëllai im ankohet prej barkut. - Sipas një transmetimi tjetër, ai i tha: - Vëllai im ankohet se e ka zënë barku (diarreja). - Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha: "Jepi të pijë mjaltë!" - Ai shkoi, pastaj, kur u kthye, i tha: - Ai nuk i bëri dobi. - Ndërsa sipas një transmetimi tjetër, i tha: - Ai veçse ia shtoi më tepër heqjen e barkut. - Këtë e përsëriti dy a tri herë. Pejgamberi (s.a.u.s.), sa herë që ai kthehej, i thoshte: "Jepi të pijë mjaltë!" - Kur ai u kthye herën e tretë apo të katërt, Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha: "Allahu i Lartësuar tha të vërtetën, ndërsa barku i vëllait tënd gënjen."[1] Në një transmetim të sjellë nga Muslimi citohet se ai i tha Profetit (s.a.u.s.): "Ai ka çrregullim të barkut", pra: ka çrregullim në tretjen e ushqimit, ose e ka stomakun të sëmurë.

Mjalti është shumë i dobishëm. Ai përdoret si pastrues dhe kurues i mirë. Ai përmban veti pastruese dhe forcuese, sepse pastron arteriet dhe zorrët nga papastërtitë. Mjalti shmang bllokimin e mëlçisë, të veshkave dhe të fshikëzës urinare. Ai është, gjithashtu, konservues i përgjithshëm. Mjalti than lagështinë e tepërt, është i shëndetshëm si pije dhe si pomadë, është mjaft i vyer për të moshuarit dhe për ata që vuajnë nga këlbaza dhe nga pasojat e të ftohtit.

Mjalti është tepër ushqyes, zbut rrugët e jashtëqitjes dhe është konservues mjaft i mirë. Ai lehtëson pirjen e barnave të hidhura, pastron mëlçinë dhe brendësinë e kraharorit, nxit urinimin dhe shkrin këlbazën që shoqëron kollën.

Kur pihet i tretur në ujë të nxehtë dhe me vaj trëndafili, ai kuron kafshimet e kafshëve dhe efektet e opiumit. I tretur në ujë, ai

---

[1] Buhariu, vëll. 10, 119; Muslimi, nr. 2217.

vepron si kundërhelm ndaj ngrënies së helmarinës,[1] kërpudhave helmuese dhe kundër plagëve të shkaktuara nga kafshimi i qenit të tërbuar.

Si konservues, mjalti mund të përdoret për ta ruajtur mishin deri në tre muaj. Ai është përdorur për ruajtjen në gjendje të freskët të kastravecëve, kungujve, patëllxhanëve dhe të frutave të ndryshme deri në gjashtë muaj. Mjalti është përdorur gjithashtu si përbërës kryesor në balsamimin e të vdekurve.

Kalimi i lehtë i dorës së lyer me mjaltë nëpër flokë, si krem, zhduk morrat dhe parazitët e tjerë. Ai mund të përdoret si zbutës dhe freskues i flokëve, madje përshpejton rritjen e tyre. Përdorimi i mjaltit si pomadë për syrin forcon të parët dhe largon errësimin e shikimit, ndërsa fërkimi i dhëmbëve me mjaltë i zbardh ata. Kur përdoret për shpëlarjen e gojës, forcon mishin e dhëmbëve dhe mënjanon sëmundjen e tyre.

Vetitë natyrore e bëjnë mjaltin mjet plotësues dhe tretës të shkëlqyer. Ai hap poret e enëve të gjakut, lehtëson rrjedhjen e gjakut menstrual, liron sekrecionet, ndihmon kundra problemeve të mëlçisë, të veshkave dhe të fshikëzës së urinës.

Gjithashtu, mjalti nuk ka efekte anësore dhe nuk ka asnjë pasojë negative, përveç tek ata njerëz që vuajnë nga vreri, të cilët duhet ta konsumojnë atë të shoqëruar me uthull, për të neutralizuar ndonjë dëmtim që mund t'i sjellë.

Mjalti vërtet ka vlera të mëdha ushqyese: ai është ushqim, pije, ëmbëlsirë, ilaç dhe freskues. Nuk ka ushqim tjetër që Allahu e ka krijuar për ne e që mund të barazohet me vlerat e mjaltit. Ja përse njerëzit e kanë përdorur mjaltin që në kohët më të lashta, ndërsa sheqerin nuk e kanë përmendur në librat e tyre, pasi ai është zbuluar kohët e fundit.

---

[1] Helmarina (emri shkencor: *Hyoscyamus niger*) - bimë barishtore shumëvjeçare, e helmët, me lule në ngjyrë të kuqe të errët në vjollcë, me kokrra si ato të kullumbrisë, që përdoren në mjekësi (shën. i përkth.).

Pejgamberi (s.a.u.s.) e pinte shpesh mjaltin të tretur në ujë dhe esëll. Këtu mund të zbulojmë një të fshehtë shumë të veçantë dhe të rëndësishme, që mund ta kuptojë çdo i ditur dhe i zgjuar. Por këtë do ta shtjellojmë më tej, kur të flasim për masat mbrojtëse të shëndetit.

Në *Sunen*-in e Ibn Maxhes është një hadith *merfu*, të cilin e ka treguar Ebu Hurejra (Allahu qoftë i kënaqur me të!), sipas të cilit, i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) ka thënë: "Kush ha mjaltë së paku tri herë në muaj, nuk do të vuajë nga sëmundje të rënda."[1] Në një hadith tjetër, i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) ka thënë: "Përdorni dy shëruesit: mjaltin dhe Kuranin."[2] Në këtë fjalë të tij, ai (s.a.u.s.) e ka lidhur ngushtë mjekësinë njerëzore me mjekësinë hyjnore, ilaçet për shërimin e trupit me ilaçet për shërimin e shpirtit. Ai ka lidhur mjekësinë trupore me atë shpirtërore, mjekësinë tokësore me atë qiellore.

Pasi e kuptuam këtë, le t'i kthehemi ngjarjes së mësipërme, me njeriun e interesuar për ilaçin kundër shqetësimeve të lukthit të vëllait të vet dhe ilaçit të përshkruar nga i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.). Në atë rast, më konkretisht, shkak i sëmundjes dhe i dhembjeve të barkut ishte ngrënia e tepruar e ushqimit. I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) i tha se personi duhet t'i jepte vëllait për të pirë mjaltë të tretur, sepse ai ndihmon zorrët që të hapen dhe lehtëson jashtëqitjen. Prej ushqimit të tepërt, muret e stomakut, të cilat janë si peshqir, vishen me substanca të dëmshme, duke ndotur kështu edhe ushqimin, edhe vetë stomakun. Për këtë arsye, duhet të përdorim "pastruesin" natyror ose laksativin, siç është mjalti, më i miri ndër ilaçet e tjera, sidomos kur përzihet me ujë të nxehtë.

---

[1] Ibn Maxhe, nr. 3450. Në *sened*-in e tij merr pjesë Zubejr ibn Seidi, i cili konsiderohet si "i pakujdesshëm në transmetimin e hadithit". Aty merr pjesë edhe Abdulhamid ibn Salimi, i cili konsiderohet si "i panjohur".

[2] Ibn Maxhe, nr. 3452, dhe El Hakimi, vëll. 4, 200, prej Ebu Is'hakut, që përcjell prej Ebu Ahuesi dhe ky nga Abdullah ibn Mesudi. El Hakimi këtë hadith e ka gjykuar si të saktë, i miratuar edhe nga Dhehebiu. Megjithatë, nuk duhet të lëmë pa përmendur edhe faktin që disa tranmetues të besueshëm e kanë konsideruar këtë hadith si *meukuf*.

Përsëritja e urdhrit nga ana e Profetit (s.a.u.s.) u bë për një qëllim të mirë. Ilaç i vërtetë është ai që, përveç cilësisë, ka edhe dozën e përcaktuar mirë, për të qenë sa më efikas. Në të kundërt, ilaçi nuk e kuron sëmundjen. Kur është në sasi më të madhe sesa duhet, ai e dobëson trupin dhe jep efekte anësore të padëshiruara. Kur Pejgamberi (s.a.u.s.) e urdhëroi për herë të parë, i vëllai nuk i dha të sëmurit sasinë e mjaftueshme për shërim. Kur personi i tha se i vëllai nuk ishte shëruar, Pejgamberi (s.a.u.s.) e kuptoi se ai nuk kishte marrë sasinë e nevojshme të ilaçit. Për këtë arsye, i tha disa herë rresht që ai t'i jepte mjaltë të vëllait, derisa doza të arrinte masën e duhur. Kur i sëmuri merr disa doza me mjaltë, me sasinë e nevojshme për të luftuar sëmundjen, ai do të shërohet, me lejen e Allahut. Përcaktimi i ilaçit të duhur me dozën e saktë është çelësi i shkencës së mjekësisë.

Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Allahu ka thënë të vërtetën, ndërsa barku i vëllait tënd gënjen!" Ky është tregues i garancisë së efektit që jep mjalti. Hadithi tregon gjithashtu se sëmundja nuk u shërua, jo sepse mjalti nuk ndikoi, por sepse stomaku përmbante mjaft substancë të prishur. Pejgamberi (s.a.u.s.) porositi që i sëmuri të hante më tepër mjaltë, pasi substanca e prishur në barkun e tij ishte me sasi të madhe.

Mjekësia e të Dërguarit të Allahut (s.a.u.s.) nuk është si ajo e njerëzve të tjerë. Ajo është kura efikase që erdhi nga Shpallja hyjnore (*vahj*) dhe nga udhëzimi i tij (s.a.u.s.), e pashkëputur nga mendja dhe gjykimi i përsosur. Ndërsa shumica e diagnozave mjekësore të tjera bazohen në hipoteza, vëzhgime dhe eksperimente.

Është fakt se shumë njerëz nuk përfitojnë nga mjekësia profetike, pasi ajo ndihmon vetëm ata që e njohin atë dhe që besojnë në të. Kush e beson atë, më pas edhe i nënshtrohet asaj.

Nëse Kurani, i cili është shërim për çdo gjë që zemra fsheh, nuk njihet dhe besohet, ai nuk bëhet kurrsesi shërim për zemrën. E

vërteta është që Kurani ua shton edhe më tepër të keqen dhe sëmundjet zemrave të hipokritëve.

Mjekësia e Pejgamberit (s.a.u.s.) është e dobishme për trupat (njerëzit) e mirë dhe të pastër, ashtu si Kurani është i dobishëm vetëm për shpirtrat e udhëzuar dhe zemrat e gjalla. Për këtë arsye, kur njerëzit shpërfillin dhe nënvleftësojnë mjekësinë e Pejgamberit (s.a.u.s.), është njëlloj si të shpërfillin dhe nënvleftësojnë ndihmën dhe udhëzimin e Kuranit, i cili është ilaçi më i mirë. Thënë ndryshe, kur kjo mjekësi nuk jep rezultat, shkaku është natyra e keqe e trupit dhe e shpirtit, të cilët nuk janë të përshtatshëm për të përfituar dhe për të pranuar veprimin e ilaçit, dhe jo ndonjë mangësi e ilaçit. Pa dyshim, është Allahu ai që dhuron suksesin. Ai është Zoti i Gjithëdijshëm!

Allahu i Gjithëfuqishëm thotë në Kuran: "Nga barqet e tyre (të bletëve) del pije me ngjyra të ndryshme. Në të ka shërim për njerëz. Edhe në këtë ka arsye për atë popull që mendon thellë." (Nahl, 69) Për këtë ajet ka patur shpjegime të ndryshme. Cilit i referohet fjalia "Në të ka shërim për njerëz…"? Kuranit apo pijes që del nga bletët, pra mjaltit? Dy janë mendimet e dijetarëve për këtë çështje dhe mendimi më i saktë tregon se këtu është fjala për mjaltin. Ky ka qenë mendimi i Ibn Mesudit, Ibn Abasit, Hasanit, Katades dhe shumicës së dijetarëve. Arsyeja është që ajeti, në tërësi, flet për mjaltin dhe jo për Kuranin. Po kështu edhe hadithi i saktë i lartpërmendur tregon qartë se mjalti është ilaç.
Allahu i Lartësuar është më i ditur për gjithçka.

Udhëzimi rreth mjekimit të murtajës dhe masave mbrojtëse kundër saj

Në dy *Sahih*-ët është rrëfimi prej Amir ibn Sad ibn Ebu Uekkasit, që përcjell prej të atit, i cili e ka pyetur Osama ibn Zejdin: "Çfarë ke dëgjuar prej Profetit (s.a.u.s.) rreth murtajës?" Ai u përgjigj se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë që: "Murtaja është një ndëshkim me të cilin Allahu goditi një grup prej Benu Israilëve dhe prej atyre që ishin para jush. Nëse dëgjoni se diku ka rënë kjo sëmundje, mos

shkoni në atë vend! Nëse godet në një vend dhe ju ndodheni aty, mos u largoni që andej për t'i shpëtuar!"[1]

Në dy *Sahih*-ët është gjithashtu rrëfimi prej Hafsa bintu Sirinit, se Enes ibn Maliku tregon që Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Murtaja është martirizim për çdo musliman."[2]

Murtaja është një sëmundje infektive vdekjeprurëse, shumë vrasëse, që shkakton zjarrmi dhe dhembje shumë të forta. Ajo shkakton lunga, të cilat në shumicën e rasteve paraqiten me ngjyrë të zezë, jeshile ose kafe. Ato shumë shpejt çahen dhe krijojnë plagë të dhembshme. Këto xhunga të pezmatuara shfaqen shpesh nën sqetull, pas veshit dhe në vendet me mish të butë. Në një transmetim nga Aishja thuhet se ajo e ka pyetur Profetin (s.a.u.s.) për murtajën dhe ai është përgjigjur: "Ajo është një lungë e enjtur, si gunga e devesë, që del pas veshit dhe nën sqetull."[3]

Mjekët thon që, nëse këto lunga shfaqen në zona me mish të butë, në zona të fshehura pas veshit e të tjera si këto, dhe vijnë si pasojë e papastërtive, ato quhen 'murtaja'. Ato shkaktohen nga gjaku i prishur, i cili prish dhe qelbëzon vendin ku ai ndodhet dhe rreth e rrotull tij. Ndodh që shpesh ato të çahen, të qelbëzohen dhe të krijojnë gjakrrjedhje. Kjo ndikon në prishjen e funksionit të zemrës dhe e dëmton atë, duke sjellë madje edhe vrasjen e saj. Këto ndodhin pikërisht në pjesë të trupit që kanë mish të butë dhe që janë të dobëta.

Llojet më të rënda të lungave janë ato që shfaqen nën sqetull ose pas veshit, sepse ato janë pranë organeve më të rëndësishme (truri, zemra). Rastet më të lehta janë ato me lunga të pezmatuara, ngjyra e të cilave është e kuqe, pastaj pak më të rënda janë ato me lunga në ngjyrë të verdhë, dhe më pas janë rastet më të vështira, kur ngjyra e lungave është e zezë dhe prej të cilave rrallë shpëton kush.

---

[1] Buhariu, vëll. 6, 377; Muslimi, nr. 2218.
[2] Buhariu, vëll. 10, 162; Muslimi, nr. 1961.
[3] Ahmedi, vëll. 6, 145-255.

Ngaqë shpërthen murtaja, zakonisht në zona të ndotura, kështu ndonjëherë quhet çdo lloj epidemie, siç e kemi thënë më lart apo siç ka pohuar El Halili. Fjala 'epidemi' është më e përgjithshme se fjala 'murtajë', që do të thotë se çdo murtajë është epidemike, por jo çdo epidemi është murtajë.

Këto plagë ose kokrra të qelbëzuara janë, sipas meje, simptoma të sëmundjes së murtajës dhe jo vetë murtaja. Por mjekët, duke qenë se prej saj shohin veçse shenjat e jashtme, pikërisht këtyre u kanë vënë emrin 'murtajë'. Kësisoj, fjala 'murtajë' nënkupton tri gjëra:

1. Shenjat e jashtme që shkakton kjo sëmundje, ashtu siç thonë mjekët.
2. Vdekja që vjen si pasojë e kësaj sëmundjeje, dhe është pikërisht ky kuptimi që shprehet në hadithin e saktë të Profetit (s.a.u.s.), se "murtaja është martirizim për çdo musliman." Pra, vdekja e shkaktuar nga murtaja është martirizim për çdo musliman.
3. Shkaku i murtajës. Thuhet në hadith të saktë se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka deklaruar: "Ajo (murtaja) është mbetje e një ndëshkimi të zbritur mbi bijtë e Izraelit."[1] Transmetohet gjithashtu të jetë thënë se ajo shkaktohet nga ndikimi i xhindëve.[2] Thuhet edhe se murtaja ka zbritur si pasojë e një mallkimi të bërë nga një profet.

Doktorët nuk mund të mos i pranojnë arsyet që ne cituam për shpërthimin e murtajës, ndonëse ata ndiejnë se nuk ka prova fizike që ta dëshmojnë këtë. Pejgamberët na kanë folur ne për çështjet e së padukshmes, ndërsa doktorët merren me simptomat fizike të murtajës.

Megjithatë, simptomat fizike, të cilat studiohen zakonisht nga doktorët, nuk u dëshmojnë atyre se murtaja nuk ka asnjë lidhje me shpirtin, pasi e vërteta është që ka një lidhje të pazakontë mes shpirtit dhe vuajtjeve të trupit që shkaktohen nga sëmundjet, e në fund nga vetë vdekja.

---

[1] Buhariu, vëll. 7, 377; Muslimi, nr. 2218 prej Osama ibn Zejdit.

[2] Ahmedi, vëll. 4, 395-413-417; Taberaniu. *Sened*-i është i saktë. Hadithin e ka gjykuar si të saktë edhe Hakimi me Dhehebiun.

Ndikimin e shpirtrave në natyrën njerëzore, në sëmundjet e saj, madje edhe në shkaktimin e vdekjes dhe shkatërrimit, e mohon veçse ai që ka padituri të thellë rreth çështjes së shpirtrave dhe ndikimit të tyre në natyrën dhe funksionimin e trupit. Allahu i Lartësuar mund t'u lejojë këtyre shpirtrave që të ndikojnë në trupat e njerëzve gjatë epidemive dhe sëmundjeve infektive që përhapen nëpërmjet ajrit, ashtu sikurse ato ndikojnë në trupin e njeriut së bashku me disa materiale,[1] të cilat i shkaktojnë shpirtit të njeriut një gjendje të keqe. Ndikimi i këtyre shpirtrave është më i madh dhe i mundshëm gjatë çasteve të zemërimit, kur gjaku vlon, apo gjatë çasteve të epshit të fuqishëm (në orgazëm), kur sperma është gati në të dalë. E pra, te njerëzit që kalojnë apo ndodhen në të tilla gjendje, shpirtrat e këqij kanë më shumë mundësi veprimi e ndikimi sesa te të tjerët.

Megjithatë, ekzistojnë edhe faktorë të tjerë, të cilët e pengojnë veprimin e këtyre forcave të këqija. Nëse forcat mbrojtëse janë më të fuqishme, ato nuk ia arrijnë dot qëllimit për të dëmtuar njeriun. Ndër forcat mbrojtëse më të fuqishme mund të përmendim: dhikrin (përkujtimin e Allahut), duatë, përgjërimin, përuljen, sadakanë, leximin e Kuranit e të tjera punë të mira si këto. Gjatë kryerjes së këtyre veprave të mira afrohen dhe zbresin shpirtrat e mirë (melekët), të cilët i mposhtin dhe dëbojnë shpirtrat e këqij (xhindët), duke larguar në këtë mënyrë të ligën dhe ndikimin e tyre negativ. Ne dhe shumë të tjerë kemi provuar dhe kaluar përvoja të shumta që tregojnë ndikimin e mirë të pranisë së këtyre shpirtrave të mirë. Prania e tyre gjithmonë ka sjellë një fuqizim të së mirës dhe largim të së keqes.

Veprat e mira duhet të kryhen sa më shpejt, menjëherë sapo njeriu sheh ndikimin dhe shenjat e këqija në veten e tij, në mënyrë që sëmundja të mos zërë rrënjë të thella dhe ta dëmtojë atë. Pra, nëse njeriu arrin ta kapë në kohë sëmundjen, duke shfrytëzuar në maksimum ato mënyra që përmendëm më sipër, shërimi është i sigurt, me lejen e Allahut, dhe rrallëherë mund të mos arrihet. Ai të cilit Allahu i Lartësuar i jep sukses dhe dëshiron që ta ndihmojë,

[1] Sikurse janë disa metale apo bimë që përdorin magjistarët.

i jep mundësinë dhe e nxit që, në çastin kur sheh simptomat dhe ndikimin e keq në trupin dhe shpirtin e tij, të nxitojë që të kryejë dhe të përdorë ato mënyra shërimi që përshkruam, të cilat e largojnë të ligën që e kërcënon. Pa dyshim, këto janë ilaçet dhe mënyrat më të dobishme të mjekimit që robi mund të përdorë.
Megjithatë, nëse Allahu i Lartësuar dhe Krenar dëshiron që të plotësojë përcaktimin dhe gjykimin e Tij të urtë mbi krijesat, bën që robi të jetë i pavëmendshëm dhe të mos përpiqet me të tilla mjete shërimi. Kjo ndodh kur Allahu i Lartësuar dëshiron që të plotësohet një çështje që Ai e ka përcaktuar të ndodhë. Por, në mënyrë më të shtjelluar, për këtë çështje do të flasim gjatë temës së rukjeve, lutjeve profetike të shërimit, dhikrit, duave të ndryshme dhe veprave të mira, nëpërmjet të cilave Pejgamberi (s.a.u.s.) na ka mësuar të kurohemi. Pikërisht atëherë do të kuptojmë më qartë se sa lart qëndron mjekësia profetike kundrejt çdo mjekësie tjetër. Një gjë të tillë e kanë pranuar shumë mjekë të njohur dhe të mëdhenj. Në atë kapitull do të shpjegojmë gjithashtu se natyra njerëzore është gjëja më e prekshme dhe më e ndikueshme nga forcat shpirtërore dhe ndikimet e tyre. Do të shpjegojmë gjithashtu se lutjet mbrojtëse dhe kuruese, rukjet dhe duatë e përcjella nga Pejgamberi (s.a.u.s.) qëndrojnë mbi çdo lloj ilaçi tjetër. Madje ato janë aq të fuqishme dhe dobiprurëse, saqë mund të neutralizojnë edhe ndikimin vdekjeprurës të helmit.

Ne duhet të theksojmë se ajri i pashëndetshëm është njëri nga faktorët kryesorë të epidemisë. Ajri bëhet i pashëndetshëm kur ndotet me substanca ose materiale të pista, në çfarëdo periudhë të vitit, ndonëse përhapet më tepër nga fundi i verës dhe në vjeshtë. Kjo ndodh në këtë periudhë të vitit, sepse sasia e vrerit, e shtuar gjatë verës, nuk arrin të piqet gjatë fundit të stinës. Në vjeshtë, ajri është zakonisht i ftohtë, dhe kështu sekrecionet e papjekura, të grumbulluara gjatë verës, nxehen dhe pastaj fillojnë të prishen e të kalbëzohen, duke shkaktuar pezmatime. Pikërisht në këtë gjendje, trupi është i kapshëm ndaj sëmundjeve. Ai është joaktiv dhe plot me substanca dëmtuese, dy faktorë të cilët vështirë se mund ta shpëtojnë atë nga sëmundjet.

Stina më e shëndetshme është ajo e pranverës, sidomos për shkak të ajrit. Hipokrati ka thënë: "Stina që bart sëmundjet më të rënda dhe më vrastare është vjeshta. Ndërsa stina me më pak sëmundje dhe vdekje është stina e pranverës." Për këtë arsye, farmacistët dhe ata që merren me shërbimet funerale, zakonisht marrin borxhe gjatë pranverës dhe verës, ndryshe nga ç'bëjnë në vjeshtë. Për ta, stina e vjeshtës është 'pranvera e vërtetë', stina më e dashur për ta, të cilën ata mezi e presin!

Në një hadith të transmetuar thuhet: "Nëse shfaqet *Nexhm*-i (arab. *ylli*), largohen lëngimet prej çdo vendi."[1] Fjala *nexhm* në këtë hadith është shpjeguar si *yll*, por edhe si sythat që çelin në fillim të pranverës.

Në fakt, në stinën e pranverës, kur çelin pemët, sëmundjet largohen. Ndërsa me kuptimin "yll" (Ylli Polar, në këtë rast), është shpjeguar sepse sëmundjet shtohen kur ai shfaqet dhe pastaj perëndon pak para agimit.

Në librin e tij, *Sekreti i ekzistencës*, El Temimi thotë: "Kohët më të vështira dhe më të dëmshme të vitit për trupin janë dy: koha kur Ylli Polar (*Thurejja*) perëndon pikërisht në kohën e agut; dhe e dyta: koha kur ai lind në lindje të horizontit, para lindjes së diellit, pikërisht në një nga pozicionet e hënës. Kjo është koha e mbarimit të stinës së pranverës. Dëmet që vijnë gjatë lindjes së këtij ylli janë më të pakta sesa dëmet që ndodhin gjatë perëndimit të tij."

Ebu Muhamed ibn Kutejbe ka thënë: "Sa herë që Plejada lind dhe perëndon, ndodhin lëngime (nga sëmundjet) ndër njerëz dhe deve. Megjithatë, perëndimi i tij shoqërohet me më shumë sëmundje sesa lindja e tij."

Për kuptimin e hadithit kemi edhe një shpjegim tjetër, që ndoshta është më i sakti dhe më i pranueshmi. Pra, fjala "Plejada" tregon yllin, ndërsa fjala "sëmundje" nënkupton dëmin që godet frytet dhe prodhimet e tokës në stinën e dimrit dhe para ardhjes së

[1] Muhamed ibn Haseni në *El Ether*, me *sened* të saktë.

pranverës. Në çastin që lind Plejada (domethënë në pranverë), ato janë më të sigurta nga faktorët klimaterikë. Për këtë arsye, Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka ndaluar tregtimin e fryteve para pjekjes së tyre.

Megjithatë, le t'i kthehemi udhëzimit të Profetit (s.a.u.s.) për masat që ndërmerren kur bie murtaja.

***

Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka ndaluar umetin e tij që të hyjnë në një vend ku ka plasur murtaja, por i ka ndaluar gjithashtu të dalin nga një vend pasi atje ka rënë murtaja. Me këto këshilla të vyera, ai na ka treguar masat më të mira që mund të merren për t'u ruajtur nga kjo sëmundje e rëndë dhe për ta kufizuar atë.

Pa dyshim, hyrja në vendin e epidemisë konsiderohet si futja e vetes në bela, pikërisht kur mund të shpëtosh prej saj. Ajo konsiderohet gjithashtu si dëmtim i vetvetes dhe si shpërdorim i mirësisë së shëndetit. Këto akte bien në kundërshtim me sheriatin dhe logjikën e drejtë.

Moshyrja në këto zona është masë parandaluese e domosdoshme, për të cilën allahu ka porositur në kuran: "shpenzoni për hir të allahut dhe mos e çoni veten drejt shkatërrimit. Bëni mirë se, me të vërtetë, Allahu i do bamirësit!" [Bekare, 195] "O ju që keni besuar, mos e hani mallin e njëri-tjetrit në mënyrë të palejuar, përpos tregtisë në të cilën keni pajtueshmëri mes njëri-tjetrit, dhe mos e vrisni veten tuaj. Vërtet, Allahu është i mëshirshëm me ju." [Nisa, 29] Veprimi i kundërt është i pajustifikueshëm dhe i patolerueshëm.

Ndërsa nga ndalesa për të ikur prej vendit të epidemisë, pasi ajo është përhapur, dalin dy mësime:
1. Edukimi i njeriut me besimin dhe sigurinë e plotë në Allahun, në mbështetjen e plotë tek Ai, në durimin e bukur me përcaktimin e Zotit dhe kënaqësinë me të.

2. Është ajo që kanë thënë specialistët e mjekësisë: Për këdo që kërkon të ruhet nga kjo epidemi është detyrë që të largojë nga trupi i tij lagështinë e trupit, të pakësojë ushqimin dhe të kufizohet vetëm në përdorimin e një diete të thatë. Këto masa parandaluese nuk duhet të shoqërohen me asnjë ushtrim fizik apo larje me ujë të nxehtë, sepse ato ndihmojnë në zhvillimin e ndonjë mbeturine të infektuar, që ndonjëherë mbetet në trup dhe mund të përzihet me lëngjet e stomakut dhe, në këtë mënyrë, mund të shkaktojë ndërlikime të mundshme, ndërkohë që murtaja është dominuese dhe e përhapur. Gjatë kohës kur përhapet murtaja, është detyrë të bëhet pushim, të kontrollohen emocionet, të kufizohet lëvizja, në mënyrë që të ruhet fuqia dhe sistemet natyrore të imunitetit të punojnë qetësisht. Shqetësimi shpirtëror dhe paniku që vjen nga largimi prej vendit ku ka rënë murtaja, shpeshherë janë më shqetësues, prandaj kërkojnë një trajtim dhe vëmendje të veçantë. Këto lloj ndjenjash të fuqishme duhen kontrolluar dhe qetësuar, sepse çdo lëvizje në rrethana të tilla sjell pasoja të dëmshme për trupin. Duke qenë se dalja nga vendi i epidemisë kërkon lëvizje të shumta, të cilat janë të dëmshme, ndalesa e Profetit (s.a.u.s.) është shumë e rëndësishme dhe e drejtë. Ky është mendimi i mjekëve më të mirë të kohëve të fundit.

Kështu, ky hadith ka sqaruar më së miri jo vetëm ilaçin për këtë sëmundje, por edhe një mësim të përgjithshëm për shërimin e shpirtit dhe të trupit, për ruajtjen dhe rregullimin e tyre.

Dikush mund të thotë: Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Nëse dëgjoni se diku ka rënë murtaja, mos hyni në të! Nëse ajo ka rënë diku dhe ju ndodheni në atë vend, mos dilni prej andej për t'i shpëtuar!" Pra, ai na ka ndaluar që të dalim nga vendi i epidemisë, duke menduar dhe shpresuar se kështu do t'i shpëtojmë asaj. Me fjalë të tjera, ky hadith nuk dëshmon qartë për shpjegimin tuaj të mësipërm. Ai nuk na ndalon që të dalim nga ai vend për ndonjë shkak tjetër dhe as për ndonjë udhëtim të nevojshëm.

Këtyre u përgjigjemi: Asnjë mjek dhe askush tjetër nuk thotë që njerëzit të lënë krejtësisht lëvizjet e tyre gjatë epidemive dhe të

shndërrohen në objekte të palëvizshme. Qëllimi këtu, në fakt, është që lëvizjet të pakësohen sa më shumë që të jetë e mundur. Hadithi flet për atë që kërkon t'i shpëtojë epidemisë duke ikur, pa patur asnjë arsye tjetër veç kësaj. Por qetësia dhe durimi janë më të dobishëm dhe më të mirë për trupin dhe shpirtin e tij. Ato janë më të mira për mbështetjen dhe besimin e plotë të tij te Zoti i Lartësuar, si dhe janë treguesit më të fortë për durimin dhe kënaqësinë e robit me caktimin e Allahut të Lartësuar. Ndërsa atyre që nuk mund të qëndrojnë pa lëvizur për shkak të punës dhe veprimtarisë së tyre të përditshëm dhe të domosdoshme, si: punëtorët, qiraxhinjtë, udhëtarët, postierët etj., nuk mund t'u thuhet: 'Mos lëvizni nga vendi!' Por, këta urdhërohen të reduktojnë lëvizjet e tyre të panevojshme ose ato të bëhen të kontrolluara, në mënyrë që të mos jenë dëmtues dhe përhapës të sëmundjes, duke cenuar kështu veten dhe të tjerët.

Prej ndalesës që Pejgamberi (s.a.u.s.) ka bërë për vajtjen në vendin e epidemisë, nxirren mjaft mësime, nga të cilat mund të përmendim.

1. Është detyrë ruajtja dhe marrja e masave për t'iu shmangur çdo gjëje dëmtuese dhe për të qëndruar larg tyre.

2. Ruajtja e shëndetit është një qëllim për të cilin janë ligjëruar të gjitha masat e mundshme, sepse ajo mundëson një jetë normale dhe të mirë.

3. Është e ndaluar thithja e ajrit apo e lëndëve të dëmshme që sjellin sëmundje.

4. Është e ndaluar përzierja me të sëmurë (pa masa mbrojtëse), sepse kjo shkakton përhapjen e sëmundjes. Në *Sunen*-in e Ebu Daudit është një hadith *merfu,* që thotë: "Me të vërtetë, përzierja me të sëmurët (*el karfu*) sjell shkatërrimin (sëmundje, vdekje)." Ibn Kutejbe thotë se *el karfu* quhet përzierja me të prekurit nga sëmundja infektive.

5. Ruajtja e trupit dhe e shpirtit nga sëmundjet ngjitëse, por edhe nga besëtytnitë, të cilat dëmtojnë vetëm ata njerëz që u besojnë atyre.

Me fjalë të tjera, Pejgamberi (s.a.u.s.), kur na ndaloi që të hyjmë në vendin e epidemisë, në të vërtetë na udhëzoi për masat që duhet të marrim për t'u ruajtur nga çdo gjë e dëmshme dhe për t'i prerë

rrugën çdo shkaku që sjell shkatërrim. Ndërsa ndalesa për të mos dalë prej atij vendi pas përhapjes së epidemisë në të, është një udhëzim për të kultivuar mbështetjen dhe besimin e plotë në Allah, pranimin, dorëzimin dhe lënien e çështjeve me kënaqësi në dorën e Zotit. I pari është një edukim për t'u ruajtur nga çdo gjë e dëmshme, ndërsa i dyti është mësim për të pranuar me kënaqësi caktimin e Zotit, duke e lënë çështjen në dorën e Tij.

Një hadith i saktë thotë se Omer ibn Hatabi u nis drejt Shamit dhe, gjatë rrugës, pikërisht në Sarg,[1] u takua me Ebu Ubejde ibn Xherahin dhe shpurën e tij. Ata e njoftuan se në Sham kishte rënë një epidemi. Atëherë, njerëzit (ushtria muslimane) ranë në kundërshtim: a të hynin atje apo jo? Omeri i tha Ibn Abasit: "Më thirr muhaxhirët më të vjetër!" Ibn Abasi tregon e thotë: "Unë i ftova dhe ai u këshillua me ta rreth epidemisë që kishte goditur Shamin dhe mundësisë për të hyrë në të. Ata patën mendime të ndryshme. Disa thoshin: "Ne jemi nisur me një qëllim, dhe nuk e shohim me vend që të kthehemi pas." Të tjerët thoshin: "Me vete ke një pjesë të madhe të sahabëve të Profetit (s.a.u.s.), dhe nuk e shohim me vend që të futesh në atë vend, ku ka rënë një epidemi." Pasi i dëgjoi, Omeri u tha të largoheshin dhe urdhëroi që t'i paraqiteshin ensarët, dhe unë (thotë Ibn Abasi) i ftova ata. Pasi ai u kërkoi mendim për çështjen, edhe këta patën të njëjtat mendime si muhaxhirët. Pasi edhe këta u larguan, Omeri kërkoi që të hynin pleqësia dhe të urtët e kurejshëve, pra ata që pranuan Islamin pas çlirimit të Mekës. Unë i ftova ata dhe, pasi u kërkua mendimi i tyre, ata, unanimisht e pa asnjë kundërshtim, dhanë mendimin që të ktheheshin menjëherë pas dhe të mos i afroheshin asaj epidemie. Si rrjedhojë, Omeri njoftoi njerëzit se në mëngjes do të niste udhëtimi i kthimit. Ebu Ubejde ibn Xherahi iu drejtua Omerit dhe i tha: "O Prijësi i besimtarëve! A po ikën (duke dashur të shpëtosh) nga caktimi i Allahut?!" Omeri iu përgjigj: "Ah, sikur ta thoshte dikush tjetër këtë fjalë, o Ebu Ubejde! Po, ne po ikim nga kaderi i Allahut, për të shkuar po në kaderin e Allahut të Lartësuar! Përfytyro sikur ke deve që dëshiron t'i kullotësh dhe para teje ke dy lugina: një të gjelbëruar dhe një tjetër të thatë dhe

---

[1] *Sarg* - është një fshat në rrethinat e Shamit, në kufi me Hixhazin.

të shkretë. Nëse i kullot në luginën e gjelbëruar, a nuk do të ishte kjo një zgjedhje e jotja me kaderin e Allahut? Po nëse i kullot në luginën e shkretë, a nuk do të ishte edhe kjo po zgjedhje e jotja me kaderin e Allahut të Lartësuar?" Ndërkohë, afrohet Abdurrahman ibn Aufi, i cili sapo kishte ardhur në kampin e muslimanëve, dhe thotë: - Unë kam dije rreth kësaj çështjeje, sepse e kam dëgjuar Profetin (s.a.u.s.) të thotë: "Nëse epidemia përhapet diku dhe ju jeni në atë vend, mos u largoni prej andej për t'i shpëtuar sëmundjes. Por nëse dëgjoni se epidemia është përhapur në një vend, atëherë mos u futni aty!"[1]

Sëmundjet e edemës

Në dy *Sahih*-ët është hadithi prej Enes ibn Malikut, që ka thënë: - Te Pejgamberi (s.a.u.s.) erdhi një delegacion prej Urnetes dhe Uklit. Kur hynë në Medinë, ata u sëmurën (nga klima e saj), prandaj shkuan te Pejgamberi (s.a.u.s.) për t'u ankuar. Pejgamberi (s.a.u.s.) u tha: "Shkoni te devetë e sadakasë dhe pini prej qumështit dhe urinës së tyre!" Dhe ata ashtu vepruan, por, pasi u shëruan, ata iu vërsulën bariut, e vranë dhe i vodhën devetë. Me këtë veprim, ata i hapën luftë Allahut dhe Profetit të Tij. Atëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) dërgoi skuadra në ndjekje të tyre. Ata i kapën, ua prenë duart dhe këmbët, ua nxorën sytë dhe i lanë në diellin përvëlues të shkretëtirës derisa vdiqën."[2]

Dëshmia që tregon se ata u sëmurën me edemë është hadithi që sjell Muslimi në *Sahih*-un e tij, në të cilin sqarohet se ata, duke përshkruar sëmundjen e tyre, thanë: "Kur hymë në Medinë, na u fry barku dhe filluam të ndiejmë plogështi, dobësi dhe lodhje të përgjithshme në gjymtyrët tona...", e deri në fund të hadithit.

Edema është një sëmundje fizike, që ndodh kur një substancë e ftohtë ndërfutet në organet e jashtme të trupit dhe në organe të tjera, përveç atyre tretëse, duke shkaktuar ënjtje ose fryrje të tyre.

---

[1] Buhariu, në kapitullin *Mjekësia*; Muslimi, me numër 2219.

[2] Buhariu, në kapitullin *Mjekësia*; Muslimi, me numër 1671; Ebu Daudi, me numër 4364; Nesaiu 7, 93-94; Tirmidhiu, me numër 72; Ibn Maxhe, me numër 2578. Teksti që ka sjellë autori nuk gjendet te Muslimi.

Ka tri lloje bullungash apo fryrjesh që shfaqen në trup: ato të indeve (mishtore), të cilat janë edhe më të rrezikshmet, ato në zgavrat e trupit dhe ato që shfaqen në një organ (tamburet).

Për kurimin e kësaj sëmundjeje ndihmojnë bimët që kryesisht përdoren për largimin e ekuilibruar të lëngjeve të tepërta të trupit nëpërmjet urinës apo rrugëve të tjera. Gjithashtu, Pejgamberi (s.a.u.s.) i urdhëroi ata që të pinin urinë dhe qumësht deveje, sepse edhe këto lëngje i përmbajnë të tilla veti kuruese, sidomos kur deveja është në kohën e mbarsjes. Cilësia e qumështit të devesë siguron një urinim të shpeshtë, është i lehtë dhe rregullon funksionimin e zorrëve. Ky ilaç është shumë më efikas, sidomos kur devetë kullotin dhe hanë kryesisht kamomil, trumzë të butë, bar deveje,[1] pelin dhe luledele, bimë të cilat janë shëruese për sëmundjet e edemës.

Kjo lloj sëmundjeje kryesisht shkaktohet nga ndonjë problem në mëlçi, në mënyrë të veçantë, ose në organe të tjera. Ky çrregullim bën që trupi të mos çlirohet nga lëngjet e tepërta të tij. Qumështi i deveve që janë në kohën e mbarsjes është një çlirues i mirë dhe shumë i dobishëm për këtë sëmundje.

Raziu ka thënë: “Qumështi i deveve shëron dhembjet në mëlçi dhe çrregullimet e lëngjeve themelore (të trupit).” Ndërsa Ismaili ka thënë: “Qumështi i devesë (në kohën e mbarsjes) është ndër llojet më të lehta, më të ujshme dhe me më pak yndyrë të qumështit. Ai ndihmon në largimin e mbetjeve nga trupi, lehtësimin prej jashtëqitjes dhe hapjen e rrugëve të bllokuara. Për këtë tregon edhe shija pakëz e kripur e tij, që vjen nga nxehtësia e natyrshme e organizmit të kafshës. Ai është shumë i mirë për çlirimin e mëlçisë së bllokuar, për të hapur poret dhe venat e saj, si edhe për të zbutur fortësinë e ushqimit të freskët. Ky qumësht është shumë i dobishëm për edemën, kur përdoret i ngrohtë, ashtu siç del nga gjiri i devesë, dhe nëse pihet së bashku me urinën e saj të ngrohtë, sikurse del nga kafsha. Kjo ia shton edhe më shumë shijen e kripur dhe është më i efektshëm për të nxjerrë mbeturinat nga trupi. Nëse

---

[1] Emri shkencor i saj është: *Cymbopogon schoenanthus*.

kjo përzierje nuk ia pastron stomakun, atëherë i sëmuri duhet të marrë laksativë më të fortë."

Autori i librit *El Kanun* (Ibn Sina) thotë: "Mos i dëgjoni ata që thonë se qumështi nuk ndihmon për të kuruar edemën. Dije mirë se qumështi i deveve është shumë i dobishëm, për vetë cilësitë e tij të veçanta që largojnë mbetjet. Me të vërtetë që ky qumësht është tejet i dobishëm. Nëse njeriu e përdor atë si zëvendësues të ushqimit dhe pijes, ka për t'u shëruar me të. Kjo është vërtetuar shpeshherë te njerëz që kanë vizituar vendet arabe, të cilët kur e kanë përdorur këtë qumësht prej hallit, janë shëruar nga sëmundjet e tyre. Ndërsa urina më e dobishme është ajo e deveve që mbajnë zakonisht beduinët, të ashtuquajtura *nexhib*."

***

Nga ngjarja e treguar më lart nxirren mjaft mësime, si:

1. Mjekimi dhe përdorimi i ilaçeve për të arritur shërimin është i lejueshëm.

2. Urina e kafshëve të cilave u hahet mishi konsiderohet e pastër, sepse mjekimi me papastërti është i ndaluar. Duke qenë se Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk i urdhëroi ata që të pastronin gojën, kjo tregon se urina e tyre është e pastër. Nga ana tjetër, dihet shumë mirë që, kur diçka është e domosdoshme të sqarohet, nuk lejohet vonimi i sqarimit.

3. Lejohet ekzekutimi i kriminelit në të njëjtën mënyrë me të cilën ai ka vrarë viktimën e tij. Në ngjarjen e rrëfyer, ata e vranë bariun pasi ia kishin nxjerrë sytë. Kjo është shpjeguar imtësisht në *Sahih*-un e Muslimit.

4. Nëse në vrasjen e një personi marrin pjesë një grup njerëzish, ata meritojnë të gjithë vdekjen, edhe sikur të jenë shumë në numër.

5. Nëse një kriminel ka kryer dy krime: një për të cilin meriton një dënim më të ulët se vdekja, dhe një krim që meriton vdekjen, mbi të zbatohen të dyja dënimet. Në ngjarjen tonë, kriminelët u dënuan së pari duke iu prerë duart, sepse ata kishin luftuar Allahun dhe Profetin duke vjedhur devetë e sadakasë dhe duke përdhosur sigurinë që Pejgamberi (s.a.u.s.) u kishte dhënë. Pas prerjes së

duarve dhe këmbëve, ata merituan vdekjen, sepse kishin vrarë bariun.
6. Agresori, nëse vjedh dhe vret, meriton që t'i pritet dora dhe këmba, dhe pastaj të vritet.
7. Nëse krimet e kryera janë disa, edhe ndëshkimi për ta ashpërsohet. Kështu, ata tradhtuan Islamin pasi e kishin pranuar, vranë një të pafajshëm, i nxorën sytë atij, kryen vjedhje dhe shfaqën haptazi armiqësinë ndaj Allahut dhe Profetit të Tij.
8. Edhe nëse ai që kryen vrasjen është një i vetëm, të gjithë bashkëpunëtorët në krim marrin të njëjtin gjykim sikurse ai, sepse edhe Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk i pyeti se cili prej tyre e kish bërë vrasjen.
9. Vrasja me tradhti meriton dënim kapital: vrasje pa kthim. Këtë dënim nuk e shfuqizon falja dhe as kompensimi. Ky është qëndrimi i dijetarëve të Medinës dhe njëri nga mendimet në medhhebin e imam Ahmedit, të cilin e ka përzgjedhur dhe e ka dhënë si fetva edhe Shejhu ynë (Ibn Tejmije).

Tradita e Profetit (s.a.u.s.) për mjekimin e plagëve

Në dy *Sahih*-ët është rrëfimi prej Ebu Hazimit, që përcjell se Sehl ibn Sadi, kur u pyet se si i mjekoi Pejgamberi (s.a.u.s.) plagët që mori në betejën e Uhudit, tha: "Atë ditë, iu plagos fytyra, iu thyen dhëmbët dhe hekuri i përkrenares iu ngul në kokë. Plagët e tij i lante Fatimja, ndërsa Aliu i hidhte ujë. Kur Fatimja pa se gjaku veçse po shtohej, mori një copë hasër, e dogji derisa u bë hi, të cilin pastaj e vendosi mbi plagët. Kështu gjakrrjedhja u ndërpre." Hasra ishte e thurur me gjethe palme.

Në të vërtetë, hiri i gjetheve të palmës ka veprim të fortë në ndalimin e gjakrrjedhjes. Ai është një mpiksës shumë i mirë dhe nuk shkakton djegie. Hiri i gjetheve të palmës më vete ose i përzier me uthull mund të ndalë rrjedhjen e gjakut nga hunda.
Në librin e tij të njohur *Ligjet e mjekësisë*, Ibn Sina thotë: "Papirusi mund të përdoret për ndalimin e gjakrrjedhjes dhe për mbulimin e mishit të ekspozuar, duke e vënë mbi plagë. Në Egjiptin e vjetër ai përdorej për të krijuar fletë të holla për të shkruar. Bima e papirusit është e ftohtë dhe e thatë. Ajo është e dobishme për

shërimin e plagëve në gojë, hemoptisës (kur përshtyn gjak) dhe për ndalimin e përhapjes së lungave."

Udhëzimi i tij për kurimin me mjaltë, kupa dhe djegie

Në *Sahih*-un e Buhariut është rrëfimi nga Seid ibn Xhubejri, që përcjell prej Ibn Abasit, e ky nga Pejgamberi (s.a.u.s.), se: "Shërimi ndodhet në tri gjëra: te konsumimi i mjaltit, te *hixhame*-ja (heqja e gjakut me kupa) dhe në djegien me zjarr. Por unë e ndaloj umetin tim nga djegia me zjarr (kauterizimi)."[1]

Në lidhje me këtë, Ebu Abdullah El Maziri ka thënë: "Gjendjet pletorike (me tepri substancash) vijnë nga tepria ose e gjakut, ose e vrerit të verdhë, ose e këlbazës, ose e vrerit të zi. Nëse shkak është gjaku i tepërt, ai shërohet duke e nxjerrë jashtë atë (me *hixhame* ose kupa). Nëse shkak janë tri rastet e tjera, shërimi bëhet duke larguar secilën prej tyre me mënyrat e përshtatshme. Pejgamberi (s.a.u.s.) na ka mësuar se mjalti shërben si laksativ, ndërsa me *hixhame* mund të heqësh gjakun (e keq)."

Disa njerëz thonë se: nëse edhe *hixhame*-ja nuk sjell rezultatin e duhur, mënyra e fundit është djegia me zjarr, sepse Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka përdorur atë në rastet kur ilaçet që merren nuk janë efikase. Por në hadith thuhet: "Unë e ndaloj umetin tim nga djegia me zjarr." Gjithashtu, në një hadith tjetër, ai ka thënë: "Unë nuk preferoj të mjekohem me djegie."[2] Kjo tregon se mjekimi me djegie duhet evituar sa të jetë e mundur, ose të përdoret veçse në rastet e domosdoshme. Nuk duhet të nxitohemi e të shkojmë në përdorimin e një metode kaq të dhembshme, ndërkohë që ka mënyra të tjera më të buta.

Disa doktorë thonë që sëmundjet e lidhura me temperamentin janë materiale ose jomateriale. Ato të kategorisë materiale janë ose të ftohta, ose të nxehta, ose të lagështa, ose të thata, ose ndërthurje të këtyre gjendjeve. Nga katër gjendjet, nxehtësia dhe ftohtësia

---

[1] Buhariu, vëll. 10, 116, në kapitullin *Mjekësia*.

[2] Buhariu, vëll. 10, 130, në kapitullin *Mjekësia*; Muslimi, me numër 2205.

janë ndikuese, ndërsa dy të tjerat, thatësia dhe lagështia, janë zakonisht të ndikuara.

Sëmundjet e temperamentit shkaktohen zakonisht nga ajo gjendje ndikuese që është më e fortë: nxehtësia apo ftohtësia. Fjala e Profetit (s.a.u.s.) na orienton te zanafillat e sëmundjeve, nxehtësia dhe ftohtësia. Nëse sëmundja është e nxehtë, kurimi mund të bëhet me heqje të gjakut nëpërmjet kupave ose me shpim të venave. Kjo ndihmon si për pastrimin nga substancat dëmtuese, ashtu edhe për ftohjen e temperamentit. E nëse sëmundja është e ftohtë, ne e trajtojmë atë me nxehtësi, si, për shembull, me përdorimin e mjaltit. Nëse duhet që, përveç nxehjes, të nxjerrim nga organizmi edhe substancën e ftohtë që ka shkaktuar sëmundjen, mjalti e plotëson më së miri këtë kusht. Ai jo vetëm që ndihmon në maturimin e substancave të ndryshme, por ka edhe veti pastruese dhe zbutëse për organet e prekura. Me cilësi të tilla, mjalti bën që lëndët dëmtuese të dalin nga trupi me butësi, duke e ruajtur atë (trupin) nga acarimi që krijon përdorimi i një laksativi të fortë.

***

Sëmundjet fizike janë ose akute, e për këtë arsye nuk kanë nevojë për kauterizim, sepse largohen shpejt, ose kronike, rast kur djegia shërben më së miri për gjymtyrën e lënduar, por, pasi të jetë provuar heqja e substancave dëmtuese.

Sëmundjet kronike janë zakonisht pasojë e substancave të ftohta dhe veshtullore, që ngjiten pas organit të prekur, duke e sëmurur atë, duke i prishur strukturën e, rrjedhimisht, duke pezmatuar pjesët e trupit që janë të lidhura drejtpërdrejtë me organin e prekur. Për këtë arsye, djegia mund të përdoret për të asgjësuar dhe nxjerrë substancat dëmtuese nga organi i prekur.

Hadithi shpjegon trajtimin e të gjitha llojeve të sëmundjeve fizike, ashtu siç mësuam mënyrën e shërimit të sëmundjeve të thjeshta (me ethe) nga hadithi: "Zjarrmia është një afsh i nxehtë që lëshon Xhehenemi, prandaj ftoheni atë me ujë!"

Sa i përket mjekimit nëpërmjet *hixhame*-s, pra, duke e nxjerrë gjakun me anë të kupave, janë transmetuar disa hadithe.
Kështu, në *Sunen*-in e Ibn Maxhes është një hadith nga Xhebara ibn Mugale, - një transmetues i dobët - i cili e përcjell atë prej Kethir ibn Sulejmit, që tregon se e ka dëgjuar Enes ibn Malikun të rrëfejë që Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Natën e Israsë, sa herë që kaloja pranë ndonjë grupi (engjëjsh), ata më thoshin: 'Urdhëroje umetin tënd për (të bërë) *hixhame*!'"[1] Këtë hadith, Tirmidhiu e ka sjellë përmes rrugës së Ibn Abasit, dhe në të thuhet se engjëjt e porosisnin atë duke i thënë: "Bëj *hixhame*, o Muhamed!"[2]

Në dy *Sahih*-ët është rrëfimi prej Tausit, i cili përcjell prej Ibn Abasit, se: "Pejgamberi (s.a.u.s.) ka kryer *hixhame* dhe i ka dhënë hixhamtarit shpërblimin për punën e tij."[3]

Në dy *Sahih*-ët, gjithashtu, është rrëfimi prej Humejd El Tauilit, i cili përcjell prej Enesit se, njëherë, Pejgamberit (s.a.u.s.) i bëri *hixhame* Ebu Tajbeja, për të cilin Pejgamberi (s.a.u.s.) urdhëroi që t'i jepen dy *sa* me ushqime, dhe pastaj tha: "Mënyra më e mirë me të cilën mund të mjekoheni është *hixhame*-ja."[4]

Në librin *El Xhamiu* të Tirmidhiut, është një rrëfimi prej Abad ibn Mensurit, se e ka dëgjuar Ikriman të thotë se Ibn Abasi kishte tre robër, që bënin *hixhame*: dy nga ata punonin dhe i jepnin atij një pjesë të fitimit, ndërsa i treti i bënte *hixhame* atij vetë (Ibn Abasit) dhe familjes së tij. Ibn Abasi tregonte se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Sa rob i mirë është ai që u bën *hixhame* të tjerëve! Ai ua largon gjakun (e keq), i lehtëson dhe ua shkëlqen (forcon)

---

[1] Ky hadith, nëse merr për bazë edhe hadithet e tjera që e mbështesin atë, është *sahih*. Ibn Maxhe e sjell me *sened* të dobët. Për të njëjtën temë është transmetuar një hadith prej Ibn Abasit, që gjendet te Tirmidhiu me numër 2054, dhe një hadith prej Ibn Mesudit po te Tirmidhiu, me numër 2053.
[2] Këtë hadith e sjell Tirmidhiu, me numër 2054, në kapitullin *Mjekësia*. Por në *sened*-in e tij gjendet Abad ibn Mensuri, i cili konsiderohet si *daif*.
[3] Buhariu, vëll. 10, 124, në kapitullin *Mjekësia*; Muslimi, me numër 1202.
[4] Buhariu, vëll. 10, 126-127, në kapitullin *Mjekësia*; Muslimi me numër 1077, në kapitullin *El Musakat*.

shikimin.” Ai thoshte, gjithashtu, se “kur Pejgamberi (s.a.u.s.) u ngjit në qiell (natën e Israsë dhe Miraxhit), sa herë që kalonte pranë ndonjë grupi melekësh, ata i thonin: ‘Bëj *hixhame*!’”

Dobitë e kupave

Nxjerrja e gjakut me anë të kupave është trajtimi më i mirë kur flitet për pastrimin e pjesëve të jashtme të trupit, ndërsa prerja sipërfaqësore ose shpimi i venave është më efikas kur duhet nxjerrë gjak nga pjesët e brendshme të trupit. Me kupa mund të heqësh gjak nga pjesë të ndryshme të lëkurës.

Për të gjykuar drejt se cila nga dy metodat është më e mira për t’u zbatuar, duhen parë dhe vlerësuar koha, vendi, mosha dhe gjendja e të sëmurit. Për shembull, metoda me kupa është më e mirë në vende të ngrohta, me klimë të ngrohtë, te njerëz me temperament të nxehtë, gjaku (domethënë, substancat dëmtuese të gjakut) i të cilëve është afër maturimit. Në këto kushte, gjaku i prishur, i maturuar mblidhet pranë lëkurës, e kështu kupat e heqin më mirë atë sesa shpimi i venave. Kupat, gjithashtu, janë më të mira për fëmijët dhe për ata që nuk e përballojnë dot shpimin e venave.

Mjekët pajtohen me faktin se heqja e gjakut me kupa është trajtim më i mirë për njerëzit e viseve të nxehta, sesa shpimi i damarëve, dhe se ajo është e këshillueshme të bëhet në mesin e muajit hënor, ose pak pas kësaj periudhe, ose më mirë në çerekun e fundit të këtij muaji. Në fillim të muajit, gjaku nis e irritohet, ndërsa në fund të muajit ai ftohet e plogështohet. Kësisoj, në mes të muajit ose në fillim të çerekut të fundit të muajit ai është duke vluar dhe me sasi të madhe.

Po këtë mendim ka shprehur edhe Ibn Sina (Avicena), duke thënë: “Nxjerrja e gjakut me kupa nuk duhet bërë gjatë fazës së rritjes së hënës, sepse në këtë kohë lëngjet themelore të trupit ende nuk e kanë arritur intensitetin e tyre të lartë, dhe as në fund të muajit hënor, ngase në këtë periudhë ato lëngje plogështohen.”

Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Mënyra më e mirë me të cilën mund të mjekoheni është ajo me kupa." Por, në këtë hadith, Pejgamberi (s.a.u.s.) flet për banorët e Hixhazit dhe të vendeve të nxehta në përgjithësi. Pra, për ta, *hixhame*-ja është gjëja më e mirë. Arsyeja është se gjaku i tyre është më i hollë, ndodhet më afër sipërfaqes së lëkurës, poret i kanë më të mëdha, ndërsa fuqia fizike është e ulët (kur bën mjaft nxehtë). Shpimi i damarëve për ta është i tepër i dhembshëm.

Megjithatë, shpimi i secilit damar të trupit ka një dobi më vete. Për shembull, shpimi i damarit kryesor që kalon në anën e brendshme të krahut (*basilica*) është i dobishëm kundra nxehtësisë së mëlçisë dhe shpretkës, si edhe kundra lungave - që lidhen me gjakun - të këtyre organeve. Ai është i dobishëm, po ashtu, kundra lungave në mushkëri, plevitit dhe kundra shumicës së sëmundjeve të venave që lidhen me gjakun, të cilat godasin pjesën nën gju e deri lart në këllqe.

Sa i përket prerjes sipërfaqësore të venës *mediane* në dorë, lëshimi i gjakut prej saj është i dobishëm në përgjithësi kundra ënjtjeve në të gjitha pjesët e trupit, sidomos kur ato kanë lidhje me gjakun ose kur përmbajnë gjak të prishur në përgjithësi.

Shpimi i damarit të krahut ndihmon kundra sëmundjeve të kokës dhe të qafës, që janë pasojë e teprisë së gjakut ose e gjakut të prishur. Ndërsa shpimi i damarit të qafës shërben për të luftuar sëmundjet e shpretkës, ato të kafazit të kraharorit, astmën dhe dhembjet ballore të kokës.

Thithja e gjakut me kupa në hapësirën mes dy shpatullave kuron dhembjet e shpatullave dhe të qafës. Ndërsa kupat në dy damarët e pasmë të qafës ndihmojnë shumë në shërimin e sëmundjeve të kokës dhe të pjesëve të saj, si: fytyra, dhëmbët, sytë, veshët, hunda apo fyti, nëse ato vijnë për shkak të gjakut të shumtë apo prej gjakut të prishur, ose për të dyja shkaqet bashkë.

Enesi (Allahu qoftë i kënaqur me të!) ka thënë se: "Pejgamberi (s.a.u.s.) ka bërë *hixhame* në hapësirën mes dy shpatullave dhe në dy damarët e pasmë të qafës."[1] Në dy *Sahih*-ët është hadithi po prej Enesit se: "Pejgamberi (s.a.u.s.) bënte *hixhame* në tri vende: një në hapësirën mes dy shpatullave dhe në dy venat e pasme të qafës."[2]

Është një hadith i saktë, se "Pejgamberi (s.a.u.s.) bëri *hixhame* në kokë gjatë kohës kur ishte *muhrim* (në haxh), për shkak të një dhembjeje që ndiente në të."[3]

Në *Sunen*-in e Ibn Maxhes është rrëfimi nga Aliu (r.a.), se "ishte meleku Xhibril ai që udhëzoi të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.) për *hixhame*-n në hapësirën mes dy shpatullave dhe në dy damarët e qafës."[4]

Ebu Daudi sjell hadithin nga Xhabiri, i cili ka thënë se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka bërë *hixhame*-n te këllqet, për shkak të një debulese që po kalonte.[5]

Kupat në gropën e zverkut

---

[1] Tirmidhiu, me numër 2052, në kapitullin *Mjekësia* dhe në librin *Esh-Shemail*, 2/223; Ebu Daudi, me numër 3860; Ibn Maxhe me numër 3483; Ahmedi, 3, 119-192. *Sened*-i i këtij hadithi është i saktë. Hakimi e ka gjykuar si të saktë, i miratuar edhe nga Dhehebiu.

[2] Ky është një gabim i autorit, sepse këtë hadith nuk e gjejmë në dy *Sahih*-ët dhe as në njërin prej tyre. Por ai ndodhet në *Musned*-in e imam Ahmedit dhe në *Sunen*-e, sikurse u përmend pak më sipër.

[3] Buhariu, në kapitullin *Mjekësia*, 10/128, prej Abdullah ibn Buhajnes.

[4] Ibn Maxhe, me numër 3482, por *sened*-i është i dobët, për shkak se në të mer pjesë Asbeg ibn Nibateh El Tejmi, i cili konsiderohet si transmetues i dobët.

[5] Ebu Daudi, me numër 3864, me transmetues të besueshëm. Gjithashtu, e sjell Nesaiu, 5, 194, në kapitullin e Haxhit, por në këtë tekst thuhet: "I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) bëri *hixhame* gjatë haxhit, në kurrizin e të dyja këmbëve, për shkak të një dhembjeje në to."

Mjekët kanë dhënë opinione të ndryshme rreth rolit të kupave në gropën e zverkut. Disa prej tyre e përkrahin këtë mënyrë të *hixhame*-s, duke thënë se ajo ndihmon kundra daljes jonormale të kokërdhokëve të syrit, kundra rëndimit të qepallave dhe vetullave dhe kundra zgjebes në kapakët e syrit.

Ebu Nuajmi, në librin e tij *Mjekësia profetike*, përmend një hadith *merfu*, ku thuhet: "Bëni *hixhame* në gropën e zverkut, se me të vërtetë ajo shëron pesë lloje sëmundjesh…!", dhe mes tyre përmendi lebrën.[1] Ndërsa në një hadith tjetër thuhet: "Bëni *hixhame* në gropën e zverkut, sepse ajo kuron shtatëdhjetë e dy sëmundje!"[2]

Më tej, thuhet se imam Ahmed ibn Hanbeli, kur pati nevojë për një *hixhame* të tillë, nuk e bëri atë në gropën e zverkut, por në dy anët e saj.

Autori i librit *Ligjet e mjekësisë* nuk e pëlqente *hixhame*-n në gropën e zverkut, duke thënë që "ajo sjell apo shkakton harresën, ashtu sikurse ka thënë zotëria ynë, i dashuri ynë, ai që solli Sheriatin tonë, Muhamedi (s.a.u.s.), sepse dihet mirë që pjesa e mbrapme e trurit është për kujtesën, dhe *hixhame*-ja në atë vend e largon atë."
Të tjerët e kundërshtojnë fjalën e tij, duke thënë se hadithi ku mbështetet ai është i pasaktë. Por edhe nëse do të ishte i saktë, - thonë ata - kjo lloj hixhameje e dobëson trurin kur bëhet pa qenë e nevojshme. Kur gjaku është shtuar dhe nxjerrja e tij është e nevojshme apo e domosdoshme, ajo, pa dyshim që është diçka e dobishme qoftë nga ana fetare, qoftë nga ajo mjekësore. Është përcjellë saktësisht prej Profetit (s.a.u.s.) se ai ka bërë kupa në disa pjesë të zonës prapa qafës, sipas nevojës, dhe po sipas nevojës, ka bërë kupa edhe në pjesë të tjera të trupit.

---

[1] Këtë hadith e ka përmendur Sujuti në librin e tij *El Xhamius-Sagir*, ku ia atribuon imam Taberaniut, Ibn Sinit dhe Ebu Nuajmit. Sipas Sujutit, ky hadith vjen prej Suhejbit, i cili është transmetues i dobët.
[2] Këtë hadith e ka përmendur Bejhakiju në librin e tij *El Mexhmea*, 5,193, prej Suhejbit, ku më pas thotë që: "Transmetuesit e tij janë të besueshëm".

Bërja e *hixhame*-s nën nofull ndihmon kundra dhembjes së dhëmbëve, sëmundjeve të fytyrës, për pastrimin e kokës dhe të nofullave, dhe zvogëlon dhimbjen në fyt, nëse përdoret në kohë.

Kupat në kurriz të shputës së këmbës, janë zëvendësimi më i mirë për nxjerrjen e gjakut me anë të shpimit të *safenes*, domethënë, të damarit që kalon mbi thembër. *Hixhame*-ja në këtë vend ndihmon kundër pezmatimit të lëkurës në testikuj, lungave në këmbë dhe kofshë, dhe kundra ndërprerjes së menstruacioneve.

Kupat në pjesën e fundme të kraharorit luftojnë puçrrat, pezmatimin dhe zgjeben që shfaqet në kofshë. Ato ndihmojnë edhe kundra cermës, majasëllit, elefantiazës (fryrjes së këmbëve) dhe kruajtjeve në kurriz.

Udhëzimet e Profetit (s.a.u.s.) në lidhje me kohën më të mirë të kryerjes së kupave

Imam Tirmidhiu sjell në *El Xhamiu* hadithin se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Ditët më të mira në të cilat mund të bëni kupa janë dita e 17-të, e 19-të dhe e 21-të (të muajit hënor)."[1]

Enesi (Allahu qoftë i kënaqur me të!) ka thënë: "Pejgamberi (s.a.u.s.) ka bërë kupa mes dy shpatullave dhe në dy damarët e qafës në datat 17, 19 dhe 21 (të muajit hënor)."[2]

Në *Sunen*-in e Ibn Maxhes është një hadith *merfu* nga Enesi, ku thuhet: "Kush dëshiron të bëjë kupa, le të presë datat 17, 19 dhe 21. Mos lejoni që t'ju vrasë presioni i gjakut!"[3]

---

[1] Tirmidhiu, me numër 2054, në kapitullin *Mjekësia*. Por në *sened*-in e tij gjendet Abad ibn Mensuri, i cili konsiderohet si i dobët.
[2] Tirmidhiu, me numër 2051, në kapitullin *Mjekësia*, me transmetues të besueshëm. Tirmidhiu thotë që është hadith *hasenun garib*.
[3] Ibn Maxhe, me numër 3486, por në *sened*-in e tij është Nihas ibn Kahumi, që është i dobët. Si përforcues i tij shërben hadithi i Ebu Hurejras, të cilin autori e përmend menjëherë më pas, dhe që e shënon Ebu Daudi me numër 3861, përmes rrugës së transmetimit të Bejhakiut, 9, 340. *Sened*-i i këtij hadithi është i mirë.

Ndërsa në *Sunen*-in e Ebu Daudit është hadithi *merfu* nga Ebu Hurejra, ku thuhet: "Për këdo që bën kupa në datat 17, 19 dhe 21, ato janë shërim për çdo sëmundje." Kuptimi është: për çdo sëmundje që shkaktohet nga gjaku.

Këto hadithe, që tregojnë kohën më të përshtatshme të kryerjes së *hixhame*-s, janë në përputhje të plotë me qëndrimin e mjekësisë dhe njerëzve të saj mbi këtë çështje. Ata janë të mendimit se koha më e mirë për *hixhame*-n është pikërisht koha pas mesit të muajit hënor, dhe pikërisht ditët e përmendura. Kjo është më e mirë se *hixhame*-ja në fillim të muajit apo në fundin e tij. Por nëse nevoja e kërkon që *hixhame*-ja të kryhet, ajo mund të kryhet në çdo kohë, qoftë edhe në fillim apo në fund të muajit.

Khallali tregon se Ismet ibn Isami i ka përcjellë se Hanbeli ka thënë: "Ebu Abdullah Ahmed ibn Hanbeli bënte *hixhame* në çdo periudhë dhe në çdo orë që e ndiente tensionin e gjakut të ngritur."

Autori i librit *Kanun el Tibb* (Ibn Sina/Avicena) thotë: "Koha më e përshtatshme për *hixhame*-n gjatë ditës, në orën e dytë ose të tretë të saj, dhe pasi të kemi bërë banjë. Megjithatë, pas banjës, duhet të presim pak, rreth një orë a diçka më tepër."

Hixhame-ja pas ushqimit është e papëlqyeshme, ngase kjo mund të shkaktojë sëmundje të ndryshme, sidomos kur hahet rëndë. Thuhet se kur kupat bëhen me stomakun bosh, ato janë ilaç, ndërsa pas ngrënies ato janë sëmundje. Gjithashtu, kur bëhen ditën e 17-të të muajit hënor, ato janë ilaç.

Përzgjedhja e këtyre kohëve bëhet për të ruajtur shëndetin dhe për të parandaluar ndonjë dëmtim të mundshëm. Megjithatë, kur sëmundja rëndohet, atëherë kupat bëhen të domosdoshme, pasi Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Mos lejoni që t'ju vrasë presioni i gjakut!" Pak më parë treguam gjithashtu se imam Ahmedi e bënte *hixhame*-n sa herë që e ndiente të nevojshme gjatë muajit.

Për sa u përket ditëve të javës, në përmbledhjen e tij me hadithe, Khallali shkruan se Harb ibn Ismaili e ka pyetur imam Ahmed ibn Hanbelin: - Në cilat ditë të javës nuk e lejon *hixhame*-n? - Ai është përgjigjur: "Në lidhje me këtë pyetje, unë di që në hadithe janë përmendur e shtuna dhe e mërkura." Po në të njëjtin libër thuhet se Husejn ibn Hasani e ka pyetur imam Ahmedin se në çfarë dite është *hixhame*-ja e papëlqyeshme, dhe ai ka thënë: "Ditën e shtunë dhe ditën e mërkurë, e disa thonë se edhe ditën e premte."

Ebu Daudi sjell në *Sunen* hadithin prej Ebu Bekrates, i cili nuk e pëlqente *hixhame*-n ditën e mërkurë dhe thoshte: "Dita e mërkurë është dita e gjakut dhe gjatë saj është një orë në të cilën gjaku nuk derdhet."[1]

Në këto hadithe ka mjaft mësime, si: pëlqyeshmëria e të mjekuarit në përgjithësi dhe e *hixhame*-s në veçanti, si dhe që *hixhame*-ja lejohet dhe mund të bëhet në atë pjesë të trupit ku është e nevojshme.

***

Hixhame-ja është e lejueshme për atë që është në *ihram*, edhe nëse kjo mund të kërkojë që një pjesë e flokëve të rruhen. Mendimi se kush e kryen këtë vepër, duhet që të bëjë kompensimin e saj, vlen të vihet në dyshim, prandaj kurrsesi nuk mund të arrijë në gradën e detyrueshmërisë.

Hixhame-ja është e lejueshme edhe për agjëruesin. Në *Sahih*-un e Buhariut është rrëfimi se: "Pejgamberi (s.a.u.s.) bëri *hixhame* kur ishte agjërueshëm."[2]

Por, a e prish *hixhame*-ja agjërimin? Kjo është një çështje tjetër.
Mendimi më i saktë është se kupat e prishin agjërimin, sepse është transmetuar saktësisht nga Pejgamberi (s.a.u.s.) që ka thënë: "E

---

[1] Ebu Daudi, me numër 3862, por në *sened* ndodhet një transmetues i panjohur.
[2] Buhariu, me numër 455, prej Abdullah ibn Abasit.

prish agjërimin ai që bën kupat dhe ai të cilit i bëhen kupat",[1] dhe, nga ana tjetër, nuk është transmetuar ndonjë hadith që ta kundërshtojë atë.

Hadithi më i saktë që sjellin ata që pretendojnë se *hixhame*-ja e prish agjërimin, është ai që thotë se "Pejgamberi (s.a.u.s.) bëri kupa kur ishte agjërueshëm". Por ky hadith nuk tregon as që Pejgamberi (s.a.u.s.) e prishi agjërimin dhe as që nuk e prishi atë. Që të pretendojmë se ky hadith tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk e prishi agjërimin, duhen të plotësohen këto katër kushte:

1. Të ketë dëshmi se agjërimi i tij ishte i llojit farz, pasi ai nuk do ta prishte farzin për të bërë *hixhame*, vetëm nëse ishte udhëtar, ose i sëmurë që kishte nevojë për *hixhame*.

2. Të ketë prova se ai, gjatë kohës kur agjëronte dhe bëri *hixhame*-n, ishte jo në udhëtim. Arsyeja është se ai mund të ishte në ramazan por, duke qenë udhëtar, edhe mund ta prishte agjërimin, për shkak të udhëtimit, dhe kështu mund të bënte edhe *hixhame*.

3. Të ketë prova se ai nuk ishte i sëmurë, që të kishte nevojë për *hixhame*. Po të ishte i sëmurë, mund ta prishte agjërimin edhe për shkak të sëmundjes, dhe kështu mund të bënte edhe *hixhame*.

4. Të ketë prova që hadithi: "Pejgamberi (s.a.u.s.) bëri *hixhame* kur ishte agjërueshëm", është më i vonshëm se hadithi: "E prish agjërimin ai që bën *hixhame* dhe ai të cilit i bëhet *hixhame*-ja", sepse, nëse është e kundërta, atëherë përfundimi është i qartë.

Nëse këto katër kushte vërtetohen, vetëm atëherë mund të themi se Pejgamberi (s.a.u.s.), edhe pas *hixhame*-s, nuk e prishi agjërimin. Në fakt, është i pamundur vërtetimi i njërit prej tyre, e aq më pak i të katërve bashkë.

Nga mësimet e këtyre haditheve mund të përmendim gjithashtu:

1. Pagesa e mjekut për punën e tij është e lejueshme të jepet në përfundim të punës, edhe pa rënë dakord fillimisht për çmimin e shpërblimit. Atij i jepet sipas traditës, apo aq sa të kënaqet.

2. Nxjerrja e fitimit nëpërmjet *hixhame*-s është e lejuar, edhe pse për një njeri të lirë (jo skllav) është jo e këndshme. Por, gjithsesi, nuk është haram. Pejgamberi (s.a.u.s.) i dha atij që i bëri *hixhame*-n hakun e tij dhe nuk e ndaloi nga përdorimi i asaj pasurie. Edhe pse

[1] Ebu Faudi 2369. *Sened*-i është i saktë, i gjykuar kështu nga jo pak imamë.

Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka quajtur "jo të këndshëm" (*habith*) fitimin nga *hixhame*-ja, ky është njëlloj si përcaktimi që ai ka bërë për hudhrën dhe qepën, kur ka thënë që ato janë "jo të këndshme", cilësim ky që nuk tregon se ato janë haram.

3. I lejohet zotërisë që, prej punës së robit të tij me mëditje te të tjerët, të përcaktojë një pjesë të fitimit për veten e vet, sikurse bënte Ibn Abasi me dy prej shërbëtorëve të tij. Por kjo pjesë duhet të jetë e përcaktuar dhe të mos i kalojë mundësitë e robit apo të cenojë shumë fitimin e tij. Megjithëse, në fund të fundit, çdo pasuri që ka robi, i takon zotërisë së tij dhe ai fitim që robi veçon për veten e vet nga puna me mëditje te të tjerët është thjesht një pasuri që vetë zotëria i tij e lejon që ta fitojë dhe ta marrë.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.)
për kurimin me shpim të damarëve apo me djegie

Prej Xhabir ibn Abdullahit transmetohet saktësisht, se "Pejgamberi (s.a.u.s.) i dërgoi Ubej ibn Kabit një mjek, i cili e kuroi atë duke i shpuar një damar dhe më pas me djegie (kauterizim)."[1]

Kur Sad ibn Muadhi u plagos në llërën e tij me shigjetë, Pejgamberi (s.a.u.s.) ia dogji një herë plagën, pastaj ia dogji për së dyti, por ajo iu ënjt dhe iu infektua.[2] Në një tjetër transmetim thuhet se "Pejgamberi (s.a.u.s.) ia dogji plagën në parakrah me majën e shigjetës, por më pas Sadi - vetë ose ndonjë nga shokët e tij - e dogji atë përsëri." Sipas një varianti tjetër: "Një ensar u plagos në llërën e tij me shigjetë dhe Pejgamberi (s.a.u.s.) urdhëroi që t'i digjej plaga."

Ebu Ubejdi ka treguar se "kur një person i plagosur u soll te Pejgamberi (s.a.u.s.), ai urdhëroi që atij t'i kauterizohej plaga, dhe mbi të pastaj, të vendoseshin gurë të nxehur".[3]

---

[1] Muslimi, me numër 2207.

[2] Muslimi, me numër 2208.

[3] Këtë e ka përnxjerrë Abdurrezzaku në *El Musannef*, me numër 19017, prej Ibn Mesudit, i cili rrëfen: "Një grup burrash shkuan te Profeti (s.a.u.s.) dhe i thanë: - O i Dërguari i Allahut! Njëri nga shokët tanë është i sëmurë. A ta mjekojmë me djegie? - Profeti (s.a.u.s.) heshti për pak kohë dhe pastaj tha:

Fadl ibn Dukejni ka thënë se i ka treguar Sufjani, i cili përcjell prej Ebu Zubejrit, e ky nga Xhabiri, se "Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka kauterizuar atë (Xhabirin) në llërë".

Në *Sahih*-un e Buhariut është hadithi prej Enesit, që tregon se ai ka bërë kauterizim kur ka qenë me plevit, ndërkohë që Pejgamberi (s.a.u.s.) ishte ende gjallë.[1]

Në *El Xhamiu* të imam Tirmidhiut është hadithi prej Enesit, se "Pejgamberi (s.a.u.s.) mjekoi me djegie Esad ibn Zurarën."[2]

Por, më përpara, ne kemi përmendur hadithin e saktë, që e përcjell Buhariu dhe Muslimi, ku Pejgamberi (s.a.u.s.) thotë: "Por unë nuk e preferoj mjekimin me djegie." Ndërsa në një tjetër transmetim thuhet: "Unë e ndaloj umetin tim nga mjekimi me djegie."

Në *El Xhamiu* të imam Tirmidhiut e gjetkë, kemi një hadith prej Imran ibn Husejnit, që ka thënë: "Pejgamberi (s.a.u.s.) e ndaloi mjekimin me djegie, por - thotë Imrani - ne u sprovuam dhe e ushtruam kauterizimin, nga i cili as fituam gjë dhe as na shpëtoi nga ndonjë gjë." Sipas një transmetimi tjetër: "Pejgamberi (s.a.u.s.) na ndaloi nga mjekimi me djegie dhe, vërtet, - thotë Imrani - nga ai as fiton dhe as nuk shpëton."[3]

Hattabi thotë: "Pejgamberi (s.a.u.s.) e kauterizoi Sadin për t'i ndaluar gjakrrjedhjen." Pra, ky ishte një rast urgjent, që mund të

"Në doni kauterizojeni, në doni përdorni gurë të nxehtë!" Këtë hadith e ka përnxjerrë edhe Tahavi në *Sherh Meani el Athar*, 2, 385, por ai pretendon se kjo shprehje vjen në formë kërcënimi; domethënë, edhe pse shfaqet si urdhër për të kryer diçka, ai në të vërtetë është një ndalesë. E ngjashme me këtë është edhe fjala e Allahut të Lartësuar kur u drejtohet mosbesimtarëve në formë kërcënimi dhe u thotë: "Punoni çfarë të dëshironi, se unë jam Vështrues i asaj që ju veproni!"

[1] Buhariu, 10, 145.

[2] Tirmidhiu, numër 2051, dhe Tahavi, 2, 385, me transmetues të besueshëm.

[3] Tirmidhiu, Ebu Daudi me numër 3865, dhe Ibn Maxhe me numër 3490. *Sened*-i është i saktë.

çonte edhe në vdekje nga hemorragjia. Kauterizimi në të tilla raste është i lejueshëm, ashtu si me atë që i pritet këmba ose dora.
Ndalesa e mjekimit me djegie vlen për ato raste kur nëpërmjet tij kërkohet apo synohet shërimi. Madje, shpeshherë, arabët pandehnin për disa sëmundje, se nëse nuk mjekoheshin me djegie, ato shkaktonin vdekjen. Pikërisht për këtë pretendim të gabuar dhe të tepruar erdhi edhe ndalesa.

Ndërsa disa të tjerë thonë se ndalesa e mjekimit me djegie ishte e veçantë vetëm për Imran ibn Husejnin, sepse ai ishte i sëmurë në vend të keq dhe ky lloj mjekimi mund ta dëmtonte. Pra, ndalesa ishte për shkak të vendit të papërshtatshëm. Allahu është më i ditur për gjithçka.
Ibn Kutejbe ka thënë: "Mjekimi me djegie është dy llojesh:
1. Kur e bën ai që nuk është i sëmurë, por që e përdor me qëllim që të parandalojë sëmundjen. Pikërisht ky lloj mjekimi cenon mbështetjen te Zoti. Për këtë arsye, është thënë se ai që bën mjekim me djegie nuk i është mbështetur Allahut, sepse ashtu ai pretendon të kthejë pas kaderin e Tij (Allahut).
2. Kauterizimi që përdoret për mbylljen e plagëve me hemorragji të madhe apo nga prerja e një gjymtyre. Në këtë rast, ai sigurisht që është shërim.

Ndërsa në rastet kur përdorimi dhe mospërdorimi i kauterizimit është pothuajse njëlloj, ai është i papëlqyeshëm që të përdoret."
Një hadith i saktë thotë: "Do të jenë shtatëdhjetë mijë vetë që do të hyjnë në Xhenet pa llogari dhe pa dënim. Këta janë ata të cilët nuk u kërkojnë të tjerëve (që t'u bëjnë) rukje, nuk kauterizohen, nuk besojnë në besëtytni të kota dhe që vetëm Zotit të tyre i mbështeten."[1]
Nga dëshmitë e mësipërme kemi përfituar disa të dhëna:
1. Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka ushtruar mjekimin me djegie.
2. Ai (s.a.u.s.) nuk e parapëlqente atë.
3. Ai (s.a.u.s.) i ka lëvduar ata që nuk e ushtrojnë mjekimin me djegie.
4. Ai (s.a.u.s.) e ka ndaluar atë.

[1] Buhariu, 10/297; Muslimi, me numër 220.

Mes këtyre të dhënave nuk ka ndonjë kontradiktë, dhe për këtë Allahut i takon falënderimi dhe mirënjohja e plotë. Veprimi i Profetit (s.a.u.s.) tregon që kjo është një vepër e lejueshme nga Sheriati. Fakti që ai nuk e preferonte atë nuk tregon se kjo metodë është e ndaluar që të ushtrohet. Lavdërimi i atyre që nuk e veprojnë atë tregon se braktisja e saj është më e mirë. Ndërsa ndalesa tregon papëlqyeshmërinë e kësaj vepre dhe jo ndalimin e saj rreptësisht, ose tregon se ajo është e ndaluar në rastet kur ky lloj mjekimi nuk është i nevojshëm dhe bëhet thjesht për të parandaluar ndonjë sëmundje (të supozuar).

Tradita e Profetit (s.a.u.s.) për shërimin e epilepsisë

Në dy *Sahih*-ët është hadithi prej Ata ibn Ebu Rabahas, që tregon: - Njëherë, Ibn Abasi më tha: "A të të tregoj një grua prej banorëve të Xhenetit?" - Po - i thashë unë. Ai tha: "Kjo grua zezake, shkoi një ditë te Pejgamberi (s.a.u.s.) dhe i tha: - Kur më zë kriza e epilepsisë, mua më zbulohet trupi. Lute Allahun për mua (që të më shërojë)! Ai i tha: "Nëse dëshiron, bëj durim, dhe kështu ty të takon Xheneti! E nëse dëshiron, mund ta lus Allahun që të të shërojë." - Ajo tha: - Do të bëj durim. Por mua më zbulohet trupi, prandaj lute Zotin që të mos zbulohem (gjatë krizave)! - Dhe Ai u lut për të.[1]

Epilepsia është dy llojesh:

1. Epilepsi e shkaktuar nga ndikimi i shpirtrave të këqij tokësorë (xhindeve).
2. Epilepsi e shkaktuar nga shkatërrimi i lëngjeve themelore (shkatërrim humoral) të trupit. Është pikërisht ky lloj për të cilin mjekët shohin mundësinë e kurimit.

Për sa i përket llojit të parë, ekspertët e mjekësisë e pranojnë atë dhe nuk e mohojnë. Ata e pranojnë se mjekimi i këtij lloji mund të arrihet veçse duke gjetur mënyrën për t'iu kundërvënë ndikimit të shpirtrave të këqij (xhindeve). Kjo bëhet e mundur duke marrë masat e nevojshme që mundësojnë afrimin e melekëve, të cilët largojnë ndikimin e xhindeve, u kundërvihen veprimit të tyre dhe i largojnë ato. Edhe Hipokrati e ka pranuar një mënyrë të tillë

---

[1] Buhariu, 10, 99; Muslimi, me numër 2260.

kurimi të epilepsisë në disa prej librave të tij. Ai, pasi përmend disa mjekime për epilepsinë, thotë: "Këto ilaçe shërbejnë veçse në rastet e epilepsisë që shkaktohet nga çrregullime humorale apo shkaqe fizike. Ndërsa epilepsia që shkaktohet nga ndikimi i shpirtrave të këqij, nuk mund të mjekohet me të tilla ilaçe."

Ndërsa mjekët e paditur, të ulët dhe të rëndomtë, e mohojnë mundësinë e epilepsisë që shkaktohet nga ndikimi i shpirtrave të këqij tokësorë (xhindeve). Ata nuk e pranojnë faktin që këto krijesa mund të ndikojnë në trupin e njeriut në aspektin fizik dhe emocional e ta sëmurin atë.

Megjithatë, shkaku i këtij mospranimi është veçse injoranca e tyre e thellë, sepse mjekësia e vërtetë nuk e mohon mundësinë e ndikimit të shpirtrave te krijesat njerëzore. Realiteti dhe shqisat dëshmojnë për këtë fakt. Ata mundohen t'i përkufizojnë shkaqet e kësaj sëmundjeje vetëm në llojin e dytë, pra në shkatërrimin dhe çrregullimin humoral, por ky është një përkufizim që bie ndesh me faktet dhe përvojën.

Mjekët e lashtë këtë lloj epilepsie shpesh e quanin "sëmundje hyjnore" dhe pohonin se ajo shkaktohej nga ndikimet emocionale dhe fizike të shpirtrave te njeriu. Ndërsa Galeni është njëri nga ata që këtë qëndrim të mjekëve të vjetër e ka shpjeguar sipas mënyrës së tij. Ai pretendon se është quajtur "sëmundje hyjnore", sepse ajo godet trurin, i cili është organi më i rëndësishëm që kontrollon proceset e vetëdijshme dhe të pavetëdijshme. Por edhe ky interpretim e ka zanafillën e tij te padituria e tyre rreth ekzistencës së këtyre shpirtrave, strukturës dhe funksioneve të tyre, aftësive ndikuese dhe veprimeve të tyre.

Mjekët laikë mbrojnë me kokëfortësi mendimin e tyre se epilepsia shkaktohet vetëm nga shkatërrimi dhe çrregullimi humoral. Megjithatë, çdo njeri që ka pak mend në kokë mund të dallojë lehtë ekzistencën e shpirtrave të tillë dhe ndikimin e tyre dhe, më tej, ai me siguri do të tallet me këto pohime të pabaza të mjekëve dhe me dobësinë e argumenteve të tyre.

Trajtimi i epilepsisë
që shkaktohet nga ndikimi i shpirtrave të këqij

Në kurimin e këtij lloji ndikojnë dy faktorë kryesorë:

1. Nga njëra anë është ndikimi i sjellë nga vetë i sëmuri. Ky ndikim varet nga besimi dhe vullneti i tij për të marrë kontrollin mbi çrregullimet e veta emocionale. Ai duhet të jetë i sinqertë në përkushtimin ndaj Atij që është krijuesi i këtyre shpirtrave dhe i gjithçkaje tjetër. Ai duhet të lutet dhe të kërkojë strehim dhe shpëtim tek i Plotpushtetshmi i Gjithëmëshirshëm (Allahu), duke patur parasysh që lutjen nuk duhet ta bëjë vetëm me gojë, por me gjithë shpirtin e tij. Ai duhet të mësohet me faktin që është në një luftë të brendshme shumë të fortë. Luftëtari mund të fitojë mbi armikun e tij veçse me dy kushte: së pari, të ketë armë të fortë dhe të përshtatshme për qëllimin që kërkon të arrijë dhe, së dyti, të dijë dhe të ketë forcën e mjaftueshme për të përdorur këtë armë që Zoti ia ka mundësuar. Nëse njëri nga këto dy kushte cenohet, po në atë masë do të cenohet edhe qëllimi i tij për fitoren mbi armikun. Atëherë, si do të ishte gjendja nëse nuk do të plotësoheshin të dyja këto kushte?! Në një gjendje të tillë, zemra do të kishte dështuar. Kështu rrënohen zemrat e paushqyera me teuhid në adhurim, që janë të zbrazëta nga forca e mbështetjes dhe e besimit të plotë në Allahun e Lartësuar, të zbrazëta nga forca e devotshmërisë, nëpërmjet së cilës ruhen kufijtë e Zotit, bosh nga lutjet e sinqerta dhe shprehja e varfërisë para të Adhuruarit. E ku t'i gjejë forcat një zemër e tillë?! E çfarë arme mund të përdorë ajo kundër një armiku të pamëshirshëm?!

2. Nga ana tjetër është ndikimi që sjell mjekuesi. Edhe ai duhet të plotësojë dy kushtet e mësipërme. Në varësi të armës dhe të forcës së besimit të tij, do të jetë edhe rezultati i mjekimit. Madje, sikurse përmendet, disa mjekues të mirë janë mjaftuar vetëm me fjalët: "Dil prej tij!" ose me *Bismilah*!, ose me *La haule ue la kuuete il-la bil-lah*! Ndërsa vetë Pejgamberi (s.a.u.s.), në të tilla raste, thoshte:

“*Uhruxh adu-uell-llah! Ene rasulull-llah*!” (Dil, o armik i Allahut! Unë jam Profeti i Allahut!).[1]

Kam qenë i pranishëm kur shejhu ynë (Ibn Tejmije) dërgoi dikë te një person i sëmurë me epilepsi, që t'i fliste xhindit që ndodhej brenda tij e t'i thoshte: “Shejhu të thotë që të dalësh jashtë, sepse kjo nuk të lejohet!” Dhe, menjëherë, i sëmuri çlirohej dhe përmendej. Kishte raste kur shejhu fliste vetë, por kishte raste kur xhindi që ndodhej brenda të sëmurit të ishte inaçor dhe kokëfortë, dhe shejhu e nxirrte atë duke përdorur forcën dhe rrahjen.

Kur i sëmuri përmendej, nuk ndiente asnjë lloj dhembjeje, edhe pse kishte ngrënë goditje të shumta. Këtë e kemi dëshmuar shumë herë.

Ai shpesh lexonte në veshin e të sëmurit ajetin (nr. 115) e Allahut të Lartësuar në suren Muminun: “A menduat se ju krijuam kot dhe se ju nuk do ktheheni te Ne?”

Shejhu më ka treguar se, njëherë, kur po ia lexonte këtë ajet një të sëmuri, xhindi që ishte brenda tij tha me një zë të mekur dhe të zgjatur: “Poooo!” Atëherë shejhu - siç tregonte vetë - mori një shkop dhe filloi ta godiste në damarët e qafës, aq sa iu lodhën duart nga goditjet. Asnjë nga të pranishmit nuk dyshonte se i sëmuri tashmë duhej të kishte vdekur nga ato goditje. Gjatë goditjeve, xhindi thoshte: “Unë e dua atë”. Ndërsa shejhu ia kthente: “Ai nuk të do ty!” - “Unë dua që të bëj haxhin së bashku me të!” - “Ai nuk do që të kryejë haxhin me ty.” - “Unë po e lë atë

---

[1] Imam Ahmedi 4, 170-171-172, prej Jeala ibn Murrah, që përcjellë se te Profeti (s.a.u.s.) shkoi një grua me djalin e saj të prekur nga xhindët, dhe se Profeti i tha xhindit: “Dil, o armik i Allahut! Unë jam Profeti i Allahut!” Ai u shërua dhe ajo i dhuroi Profetit (s.a.u.s.) dy desh dhe një masë dhjami të ngrirë. Profeti (s.a.u.s.) i tha Jealas: “O Jeala! Merre dhjamin dhe njërin nga deshtë, kurse tjetrin ktheja asaj.” Transmetuesit janë të besueshëm. Për të njëjtën temë vjen një hadith prej Uthman ibn Ebu Asit, të cilin e ka përnxjerrë Ibn Maxhe me numër 3548. Po kështu transmetohet edhe nga Xhabiri një hadith që gjendet te Darimi, 1, 10.

për hir tëndin!” - “Jo! Do ta lësh në emër të bindjes ndaj Allahut dhe Profetit të Tij!” - “Atëherë, po dal prej tij!”

Në këtë çast, i sëmuri u ngrit ndenjur dhe filloi të vështronte i habitur majtas dhe djathtas. Pastaj tha: “Kush më solli mua këtu te shejhu?!” Njerëzit i thanë: “A nuk të kujtohet gjë, pas gjithë atij druri që hëngre?!” Ai tha: “Po pse më goditi shejhu, kur unë nuk kam bërë ndonjë gabim?!” *Subhan-Allah!* Ai nuk dinte asgjë se çfarë kishte ndodhur dhe nuk kishte ndierë asnjë goditje.

Shpeshherë, shejhu e bënte terapinë me ajetin Kursij (ajeti 255 në suren *Bekare*). Ai e urdhëronte të sëmurin me epilepsi, por edhe të sëmurët e tjerë, që ta lexonin atë shpesh, bashkë me dy suret e fundit të Kuranit, *Felek* dhe *Nas*.

Siç kuptohet pra, këtë lloj epilepsie e mohon veçse ai që ka shumë pak njohuri dhe logjikë.

Shkaku kryesor i ndikimit nga shpirtrat e këqij, në shumicën e rasteve, është feja e dobët e njerëzve dhe zemrat e tyre të zbrazëta nga përkujtimi i Zotit dhe nga kërkimi i mbrojtjes tek Ai. Zemrat dhe gjuha e tyre nuk janë mësuar që të kërkojnë mbrojtjen e imanit, të këshilluar nga Pejgamberi (s.a.u.s.). Rrjedhimisht, shpirti i keq (shejtani) e ka të lehtë të mposhtë një njeri të pambrojtur dhe pa armë e, aq më keq, kur e gjen atë në gjendje të ulët dhe në poshtërsi. Në të tilla raste, ndikimi është shumë më i thjeshtë.

Nëse nga sytë tanë do të hiqej mbulesa që na pengon të shohim këtë realitet, ne do t’i dallonim këta shpirtra të këqij, të cilët kanë nënshtruar shpirtrat e shumicës së njerëzve. Do të shihnim se si ata i udhëzojnë në çdo haram që dëshirojnë, dhe ç’është më e keqja, shpirtrat e njerëzve nuk u bëjnë dot ballë dhe nuk mund t’i kundërshtojnë ata, pasi janë të nënshtruar dhe të pafuqishëm. Realitetin ne do ta shohim qartazi pikërisht ditën kur të zbulohet e vërteta. Atëherë do të duket qartë se cili ka qenë i mposhturi.
Allahu është i Vetmi nga i Cili mund të kërkohet ndihma dhe ruajtja, por duhet të dihet se si t’i kërkohet.

Mjekimi i këtij nënshtrimi dhe mposhtjeje nga shpirtrat e këqij arrihet veçse duke vënë në përdorim të menduarit dhe logjikën e shëndoshë, si dhe duke e ushqyer atë me besimin dhe bindjen në çdo udhëzim të sjellë saktësisht nga profetët e Zotit. Kjo sëmundje shërohet duke ushqyer sigurinë për vërtetësinë e Xhenetit dhe të Zjarrit. Le të kujtojmë gjithmonë Xhenetin dhe Zjarrin dhe le të bëhet ky përkushtimi ynë i vazhdueshëm!

Po t'i këqyrësh banorët e dynjasë, hallet dhe problemet e shumta që ata kanë, do të shohësh se ata të gjithë janë të zaptuar dhe të çoroditur. E çfarë zaptimi se! Zaptim nga i cili nuk shpëton dot, veçse me ndihmën e të Plotpushtetshmit! Por, duke qenë se kjo botë është mbushur vetëm me të zaptuar, aq sa atyre sjelljet e njëri-tjetrit u duken mëse normale, tashmë i sëmurë duket ai që është i ruajtur dhe i sigurt prej asaj sëmundjeje.

Nëse Allahu i Gjithëditur dhe i Urtë i dëshiron të mirën robit, ky i fundit shërohet prej zaptimit, dhe pastaj nis e i sheh banorët e kësaj dynjaje në pamjen e tyre të vërtetë. Ai i sheh se si ata veprojnë të zaptuar, në grada dhe nivele të ndryshme. Ai hedh shikimin majtas e djathtas dhe sheh se shumë prej tyre janë përfundimisht të nënshtruar. Ka prej tyre që ndonjëherë përmenden shumë mjegullt, por shumë shpejt kthehen në çmendurinë e tyre. Ka të tjerë që herë përmenden nga zaptimi e herë kthehen në gjendjen anormale. Kur përmenden, ata sillen njëlloj si të pazaptuarit dhe të logjikshmit. Por pastaj, shpejt kthehen në marrëzinë e të zaptuarve dhe çrregullimin e tyre.

Epilepsia që vjen prej shkaqeve fizike

Kjo lloj epilepsie tjetërson strukturën trupore dhe shoqërohet me spazma, të cilat pengojnë gjymtyrët nga funksionimi dhe lëvizja normale. Ajo shfaqet për shkak të grumbullimit të substancave të trasha e veshtullore në afërsi të trurit, të cilat pengojnë pjesërisht rrugët ose hapësirat cerebrale. Rrjedhimisht, zonat e trurit përgjegjëse për ndjesitë dhe për lëvizjet bllokohen e, më pas, në të

njëjtën mënyrë reagojnë edhe gjymtyrët e trupit që kontrollohen nga këto zona.

Ka edhe shkaqe të tjera për këtë lloj epilepsie, siç është grumbullimi i gazrave të dendura, të cilat deri diku bllokojnë shpirtin, apo siç janë lëngjet veshtullore, që grumbullohen në një organ të trupit dhe që më pas ngjiten lart në tru, ose edhe një sëmundje akute. Truri nis e vuan nga spazmat, për shkak të luftës ndaj substancave të dëmshme që e prekin atë, e këto spazma vijojnë më pas te gjymtyrët përkatëse. I sëmuri, në këto çaste, nuk qëndron dot në këmbë dhe shembet përtokë, ndërkohë që nga goja fillon e i del shkumë.

Kjo lloj epilepsie shoqërohet me dhimbje të forta gjatë çastit të krizës. Kjo është një sëmundje kronike, mjaft e vështirë për t'u kuruar dhe që zgjat tepër në kohë, sidomos kur personi është mbi 25 vjeç dhe kalon kriza të shpeshta. Hipokrati thoshte që epilepsia nuk shërohet deri në vdekje.

Nëse u kuptua e gjithë kjo, atëherë mund të themi se krizat epileptike që godisnin gruan që shkoi te Pejgamberi (s.a.u.s.) ishin të llojit të mësipërm. Asaj, Pejgamberi (s.a.u.s.) i propozoi dy mundësi: ose të bënte durim dhe të futej në Xhenet, ose të bënte lutje për të dhe ajo të shërohej, por pa garancinë e hyrjes në Xhenet. Në fund, ajo zgjodhi të duronte, dhe Pejgamberi (s.a.u.s.) u lut që, gjatë krizave, asaj të mos i zbulohej trupi.

Nga ana tjetër, ky hadith dëshmon se është e lejueshme heqja dorë nga mjekimi dhe kurimi. Ai tregon, gjithashtu, se kurimi nëpërmjet lutjeve dhe përgjëresave të drejtuara Allahut të Lartësuar mund të bëjë atë që nuk e bën asnjë ilaç dhe mjekim tjetër njerëzor. Një gjë të tillë e kemi provuar shumë herë ne dhe të tjerë.

Edhe mjekët e mençur e pranojnë se forca dhe veprimi shpirtëror kanë një ndikim shumë të madh, madje të çuditshëm, në shërimin e sëmundjeve. Nuk ka më të dëmshëm për shkencën e mjekësisë,

sesa ata injorantë të ulët dhe të papërgjegjshëm, që e mohojnë këtë ndikim.

Edhe një herë, me sa kuptohet, epilepsia e asaj gruaje ishte nga ky lloj. Por, gjithashtu, është e mundur që të ketë qenë edhe nga lloji i epilepsisë që shkaktohet nga ndikimi i shpirtrave të këqij, dhe Pejgamberi (s.a.u.s.) t'i ketë propozuar asaj ose durimin, me Xhenetin si shpërblim, ose shërimin, por pa garancinë e Xhenetit.
Në fund, Allahu është më i dituri për gjithçka.

Kurimi i nervit shiatik

Ibn Maxhe sjell në *Sunen*-in e tij hadithin e Muhamed ibn Sirinit, i cili përcjell prej Enes ibn Malikut, që tregon se e ka dëgjuar Profetin e Allahut që të thotë: "Shiatiku shërohet me dhjamin e pjesës rreth e rrotull bishtit të deleve të beduinëve, i cili, pasi shkrihet, ndahet në tri pjesë, dhe pastaj pihet esëll tri ditë rresht: çdo ditë nga një pjesë."[1]

Shiatiku është një sëmundje që nis nga pjesa e legenit, kalon nëpër kofshë, e ndonjëherë zbret deri poshtë te kërciri i këmbës. Sa më shumë zgjat sëmundja, aq më poshtë zbret dhe aq më të dobëta bëhen këmbët dhe kofshët.

Nga hadithi i mësipërm dalin dy përfitime: gjuhësore dhe mjekësore. Në aspektin gjuhësor, ai tregon se sëmundja mund të quhet edhe 'nervi shiatik' (*irk nasa*), në kundërshtim me disa njerëz që thonë se kështu mund të quhet vetëm nervi përkatës.
Thuhet gjithashtu se sëmundja quhet *irk nasa*, pasi ajo i bën njerëzit të harrojnë (*nasa*) çdo dhembje tjetër.

Siç është shpjeguar në kapitujt e mësipërm, hadithet e të Dërguarit të Allahut (s.a.u.s.) ndahen në dy lloje: të përgjithshme dhe të posaçme. Sa u përket haditheve të përgjithshme, ato duhet të kuptohen në mënyrë të përgjithshme, pavarësisht raportit të tyre

---

[1] Ibn Maxhe, me numër 3463. Transmetuesit janë të besueshëm. Busajri ka thënë në librin e tij *Ez-Zeuaid* se: "*Sened*-i i këtij hadithi është i saktë."

me kohën, personin dhe gjendjen kur janë thënë. Ndërsa lloji i dytë, ato specifike, duhet të kuptohen në raport me kohën, personin dhe gjendjen kur janë thënë. Në këtë rast, ne kemi të bëjmë me një hadith specifik, që ka të bëjë me shërimin e shiatikut te beduinët arabë dhe te njerëzit e vendeve përreth, për të cilët ky trajtim është më i miri, për shkak të kohës dhe vendit.

Për shkak se kjo sëmundjeje shkaktohet nga thatësia ose nga substanca të trasha e septike, ilaçi më i mirë për të është përdorimi i laksativëve. Dhjami i bishtit të deles arabe ka dy veti: ai është zbutës dhe pjek substancat e këqija, të dyja këto të nevojshme për kurimin e shiatikut.

Delet e beduinëve kanë disa cilësi të veçanta: janë trupvogla, nxjerrin pak jashtëqitje dhe lëshojnë një kundërmim të lehtë. Ato ushqehen me bimë të egra, që janë njëkohësisht edhe kurative, si me trumzë të butë, me pelin etj., vetitë mjekësore të të cilave bëhen pjesë e mishit, sidomos e dhjamit të bishtit. Ndonëse vetitë kurative të bimëve i mbart edhe qumështi i tyre, bishti ka dy cilësi të tjera që qumështi nuk i ka: ai është laksativ dhe ndihmon në pjekjen e substancave septike (të cilat, rrjedhimisht, dalin jashtë).
Ne thamë më lart se ilaçet dhe recetat e përgjithshme të popujve të ndryshëm varen nga lloji i ushqimit të cilin ata janë mësuar të konsumojnë. Kështu, dieta e indianëve dhe e beduinëve është me ushqime të thjeshta, prandaj ata përdorin ilaçe gjithashtu të thjeshta. Ndërsa romakët dhe grekët, nga ana tjetër, përdorin ilaçe të përziera. Megjithatë, të gjithë mjekët pajtohen se trajtimi më i mirë është ai me dietën më të mirë. Më pas, nëse njeriut i mjaftojnë ilaçet e thjeshta, ai nuk duhet të përdorë ilaçe të përziera. Ato mund të përdoren vetëm kur ilaçi i thjeshtë nuk jep rezultat.

Nëse dieta është e thjeshtë, mjekimi i thjeshtë është efikas për sëmundjet e thjeshta. Ndërsa sëmundjet e ndërlikuara vijnë zakonisht prej dietave të ndërlikuara, e kjo është arsyeja që, në këto raste, ilaçet e përbëra janë më të mira.
Në fund, Allahu e di më mirë.

Sëmundja e kapsllëkut

Imam Tirmidhiu në përmbledhjen e vet me hadithe, *El Xhamiu*, si dhe imam Ibn Maxhe në *Sunen* e tij, sjellin hadithin e Esma bintu Umejsit, që tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka pyetur atë: "Si e trajton ti kapsllëkun?" Ajo u përgjigj: "Përdor bimën e qumështores (arab. *shubrum*)."[1] Ai ia ktheu: "Ajo është tepër e nxehtë dhe laksativ mjaft i fortë." "Më pas - thotë ajo - unë fillova të përdor vetëm farat e fshikartës[2] (arab. *senna*). Ndërsa Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Nëse do të kishte diçka që do të shëronte vdekjen, ajo do të ishte fshikarta."[3]

Ibn Maxhe sjell në *Sunen* hadithin e Ibrahim ibn Abletes, që rrëfen se e ka dëgjuar Abdullah ibn Ummu Haramin, i cili është falur me Profetin në të dyja Kiblat, që të tregojë se e ka dëgjuar Profetin (s.a.u.s.) të thotë: "Përdorni fshikartën dhe *sunuut*-in,[4] sepse ato kurojnë çdo sëmundjeje, përveç *saam*-it." E pyetën: "O Pejgamber! Çfarë është *saam*-i?" Ai tha: "Vdekja".[5]

Pejgamberi (s.a.u.s.) pyeti se si trajtohej kapsllëku, duke nënkuptuar se ç'kurë përdorej për të zbutur jashtëqitjen, në mënyrë që trupi ta nxjerrë atë lëndë të keqe me lehtësi.

***

---

[1] Arab. *shubrum.* Emri shkencor: *Euphorbae pitysae.*

[2] Fshikarta (familja *Fabaceae*). Shkurre e viseve mesdhetare me gjethe të vogla, me lule të verdha në trajtë vileje që lidhin bishtaja të gjata e të fryra (*shën. i përkth.*).

[3] Tirmidhiu me numër 2082; Ibn Maxhe me numër 3461; Ahmedi 6, 369; Hakimi 4, 200-201. Në *sened*-in e tij ka transmetues të panjohur, por së bashku me hadithin më pas, ai përforcohet.

[4] *Sunuut* - quhet bima e qimnonit, por për këtë fjalë autori sjell në vijim edhe shpjegime të tjera (*shën. i përkth.*).

[5] Ibn Maxhe, me numër 3457; Hakimi 4, 201. Por në *sened*-in e këtij hadithi ndodhet Amr ibn Bekr El Sekseki, i cili është konstatuar si i dobët. Në *Tehdhib* thuhet: "Këtë hadith e ka përcjellë prej tij edhe Sheddad ibn Abdurrahman El Ensari." Për saktësinë e tij dëshmon edhe hadithi i përmendur pak më lart.

Esmaja u pyet se si e trajtonte kapsllëkun, dhe ajo i tregoi Profetit (s.a.u.s.) se përdorte qumështoren[1] ose, më saktë, lëvoren e rrënjës së kësaj bime, e cila është e nxehtë dhe e thatë në shkallë të katërt. Qumështorja më e mirë është ajo që vjen në ngjyrë disi të kuqe dhe e butë në prekje.

Mjekët nuk e këshillojnë qumështoren, sepse ajo është laksativ tepër i fortë. Vetë Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka përshkruar atë si bimë të nxehtë dhe lakstativ të fortë.

***

Ndërsa fshikarta është një bimë që rritet në Hixhaz (Arabinë Perëndimore), por lloji më i mirë i saj rritet në Mekë. Ajo konsiderohet si një bimë e nxehtë dhe e thatë në shkallë të parë. Fshikarta vepron si laksativ i lehtë, pa dhënë efektet anësore. Ajo ndihmon gjithashtu kundra sëmundjeve që vijnë prej vrerit të verdhë e vrerit të zi dhe forcon zemrën, një veti tjetër kjo e kësaj bime. Ajo është e dobishme kundra fiksimeve melankolike dhe prerjeve në trup, çliron muskujt dhe forcon flokët. Përveç këtyre, ajo shërben për të luftuar morrat, dhembjen e kokës, zgjeben, puçrrat dhe epilepsinë.

Fshikarta e butë është më mirë të zihet ashtu siç është, e plotë, dhe të pihet si çaj, sesa të zihet e shtypur apo e bluar. Si tretësirë, mund të merren deri në 3 *darahime* (rreth 10 gramë).[2] Fshikarta mund të përzihet gjithashtu me lulet e manushaqes dhe me rrush të kuq, të thatë e pa fara.

Imam El Razi thoshte: "Fshikarta dhe fomi mjekësor[3] ndihmojnë për të nxjerrë jashtë kalbëzimet nga lëngjet primare të trupit, si

---

[1] Qumështore (*euphorbia*). Bimë barishtore me gjethe të këmbyera, me lule të vogla, të verdha, të mbledhura tufë në formë çadre, kërcelli i së cilës nxjerr një lëng të bardhë si qumësht; rryell (*shën. i përkth.*).
[2] Masë farmaceutike: 1 *darahim* është rreth 3 gramë.
[3] Fomi (*fumaria officianalis*). Bimë barishtore njëvjeçare e livadheve, me kërcell të zbrazët, me shumë gjethe, me lule të vogla e të kuqërreme në vile, që e bën frytin si kapsulë të mbushur me farëza dhe që përdoret si ushqim për bagëtinë e në mjekësi (*shën. i përkth.*)

edhe kundra puçrrave e zgjebes, nëse merren katër deri shtatë *darahime* nga secila bimë."

Për sa i përket *sunuut*-it, që përmendet në hadithin e mësipërm, ka mendime të ndryshme. Omer ibn Bekër El Saksaki, për shembull, thotë se ai është ekstrakt mjalti ose gjalpi. Sipas një mendimi tjetër, *sunuut* është një lloj fare që ngjan me qimnonin, siç ka pohuar Ibn El Arabi. Mendimi i katërt dhe i pestë thotë që *sunuut* quhet qimnoni ose maraqi persian, siç shprehet Ebu Hanife El Dejnuri. Për mendimin e gjashtë, *sunuut* është vetë kopra, ndërsa për të shtatin ajo është hurma arabe, mendim ky i shprehur nga Ebu Bekër ibn El Suni. Në fund, mendimi i tetë thotë që *sunuut* quhet mjalti që rri në një shakull me gjalpë.

Disa doktorë përkrahin mendimin e fundit si më të mundshmin. Kështu, *sunuut*-i përgatitet duke përzier pluhur fshikarte me gjalpë të tretur dhe mjaltë bashkë. Ky lloj kremi, i cili më pas lëpihet nga i sëmuri, është më i mirë sesa thjesht fshikarta. Në këtë mënyrë, zbutet edhe shija e fshikartës, për shkak të mjaltit dhe gjalpit, të cilët përforcojnë gjithashtu efektin laksativ të fshikartës. Allahu e di më mirë.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për trajtimin e puçrrave dhe të zgjebes

Në dy *Sahih*-ët (të Muslimit dhe të Buhariut) është hadithi i Katades, që përcjell prej Enes ibn Malikut, i cili tregon se: "Pejgamberi (s.a.u.s.) i dha leje Abdurrahman ibn Aufit dhe Zubejr ibn Auamit që të vishnin rroba mëndafshi, për shkak të kukunjve që u ishin përhapur në lëkurë." Sipas një transmetimi tjetër, Abdurrahman ibn Aufi dhe Zubejr ibn Auami (Allahu qoftë i kënaqur me ta!), gjatë një ekspedite ushtarake, iu ankuan të Dërguarit të Allahut (s.a.u.s.) se ishin mbushur me parazitë në lëkurë, dhe ai i lejoi të vishnin këmisha të mëndafshta.[1]

Në këtë hadith janë dy çështje për t'u trajtuar: një çështje ligjore dhe një çështje mjekësore.

[1] Buhariu, në kapitullin *El Xhihad*; Muslimi, me numër 2076.

Për sa i përket çështjes ligjore, themi se dihet fare mirë që, sipas traditës së Profetit (s.a.u.s.), mëndafshi është i lejuar për femrat dhe i ndaluar për meshkujt e këtij umeti. Përjashtim bëjnë vetëm rastet kur nevoja e përdorimit të tij është e madhe, apo kur sjell dobi mjaft të rëndësishme, që Sheriati i kërkon të arrihen, si për shembull, kur është tepër ftohtë dhe nuk ka rroba të tjera për t'u veshur veç mëndafshit, kur njeriu nuk ka asnjë rrobë tjetër (edhe nëse nuk është ftohtë) për të veshur, veç atyre të mëndafshtave, në raste lufte ose kur njeriu vuan nga kruajtja e lëkurës, nga parazitët etj., sikurse tregon edhe hadithi i mësipërm i Enesit. Në të tilla raste pra, veshja e rrobës së mëndafshtë është e lejuar, sipas transmetimit më të saktë prej imam Ahmedit dhe sipas fjalës më të saktë që vjen nga imam Shafiu.

Siç kuptohet, edhe pse hadithi tregon që Pejgamberi (s.a.u.s.) ua lejoi përdorimin e mëndafshit Abdurrahman ibn Aufit dhe Zubejr ibn Auamit, kjo nuk do të thotë se ky gjykim ishte i veçantë vetëm për ta dhe për asnjë tjetër. Këtë e përforcon fakti që, rregulli bazë thotë se dispozitat e ligjëruara janë gjithëpërfshirëse, dhe jo të posaçme vetëm për individë të veçantë. Me fjalë të tjera, nëse një dispozitë lehtësuese hyn në fuqi për një pjesëtar të këtij umeti për një shkak të caktuar, ajo automatikisht hyn në fuqi për të gjithë umetin, për çdo rast kur vlen i njëjti shkak. Nëse shkaku i ligjërimit të një dispozite është i përgjithshëm, edhe ligji është i vlefshëm për të gjithë.

Ata të cilët e ndalojnë përdorimin e mëndafshit kategorikisht, në kundërpërgjigje të haditheve lejuese dhe lehtësuese, thonë se hadithet që na ndalojnë nga përdorimi i mëndafshit janë të përgjithshme dhe gjithëpërfshirëse, ndërsa hadithet që tregojnë lejimin e përdorimit të tij ka shumë mundësi që të jenë të posaçme për ata të cilëve u referohet hadithi. Përderisa ekziston kjo mundësi, është më e sigurt që të mbetemi në hadithet e përgjithshme, që na ndalojnë nga përdorimi i mëndafshit. Për këtë arsye, disa nga transmetuesit e hadithit kanë thënë: "Nuk e dimë, ky lehtësim a i ka përfshirë edhe të tjerët pas tyre, apo jo?!"

Por mendimi më i saktë është se ky lehtësim vlen për të gjithë, ashtu sikurse tregon formulimi gjithëpërfshirës i Sheriatit për këtë çështje, për sa kohë nuk kemi tekste që e posaçërojnë apo e reduktojnë këtë gjithëpërfshirje. Është e vërtetë që, për këtë lehtësim, Profeti u dha leje dy personave të caktuar, por ai nuk përmendi që ky lejim ishte i posaçëm vetëm për ta, dhe jo për të tjerët. Nëse kjo leje do të ishte e veçantë vetëm për ta, atëherë ai do ta sqaronte një gjë të tillë, sikurse veproi në rastin e Ebu Burdes, për të cilin Pejgamberi (s.a.u.s.) e lejoi dhe e gjykoi të saktë kurbanin që ai bëri me një dhi të vogël (më të vogël se njëvjeçare). Por, për të treguar se ky gjykim ishte i veçantë vetëm për të, i tha: "Kjo është e vlefshme vetëm për ty, por nuk vlen për asnjë tjetër pas teje!" Pra, nëse kemi të bëjmë me një gjykim të veçantë, dhe jo gjithëpërfshirës, kjo sqarohet nga argumente posaçëruese. Një rast tjetër që mund ta përmendim është edhe gjykimi për martesën me një grua që ia dhuroi veten e saj Profetit (s.a.u.s.). Allahu i Lartësuar, për të treguar se kjo qe e veçantë vetëm për Profetin (s.a.u.s.), tha në ajetin kuranor: "...kjo është e veçantë për ty, dhe jo për besimtarët (e tjerë)." [Ahzab, 50]

Ndalesa për mëndafshin është një masë për t'i bërë pritë së keqes, ose siç quhet në njohurinë e *usul fikh*-ut "*li sed-di edh-dheriah*". Pikërisht si masë parandaluese, mëndafshi është i lejuar vetëm për gratë, ndërsa për burrat lejohet vetëm në rastet e domosdoshme apo kur bëhet fjalë për dobi tepër të rëndësishme. Kështu, p.sh., vështrimi i grave të huaja është i ndaluar, sepse të tundon për të vepruar haramin. Por, kur është e nevojshme, apo kur ka dobi të rëndësishme, si për shembull, kur do që të shohësh një vajzë për t'u martuar me të, kjo është diçka e lejuar. Po kështu, është ndaluar edhe falja e namazit në kohët e papëlqyera, për t'i mbyllur portën përgjasimit me ata që, në të tilla kohë, adhurojnë diellin dhe gjithçka tjetër veç Allahut. Por, kur bëhet fjalë për dobi të rëndësishme dhe të përcaktuara nga Sheriati (si p.sh., namazi përshëndetës për xhaminë etj.), kjo është diçka e lejuar. Si këto ka shumë të tjera.

Për rastet kur lejohet përdorimi i mëndafshit dhe kur jo, kemi folur gjerësisht dhe mjaftueshëm në librin *Et-tahbir lima jehil-lu ue jahrumu min libas el harir* (Shtjellimi i qartë se kur lejohen apo ndalohen rrobat e mëndafshta).

***

Në aspektin mjekësor, mëndafshi është një ilaç i përftuar nga bota shtazore, sepse ai prodhohet prej krimbit të mëndafshit. Ai ka shumë dobi, por edhe një pamje të mrekullueshme. Nga veçoritë e tij mund të përmendim se ai fuqizon zemrën, sjell gëzim në të dhe lehtëson shumë sëmundje të saj. Gjithashtu, ai është një kurues i mirë kundër shtimit në trup të vrerit të zi dhe sëmundjeve që shkaktohen prej tij. Nëse përdoret për sytë, ai forcon shikimin.

Mëndafshi i papërpunuar, i cili përdoret në mjekësi, është me nxehtësi dhe thatësi të shkallës së parë. Kur përdoret si veshje, ai është i butë dhe të ngroh trupin. Ndonjëherë, ai e ftoh trupin.

El Raziu thotë: "Mëndafshi është më i ngrohtë se liri, më i ftohtë se pambuku dhe zhvillon mishin. Çdo rrobë e ashpër dobëson trupin dhe acaron lëkurën."

Ka tri lloje rrobash: rroba që sjellin ngrohtësi dhe që e nxehin trupin; rroba që sjellin ngrohtësi, por që nuk e nxehin trupin, dhe rroba që nuk sjellin as ngrohtësi dhe as nxehtësi. Nuk ka asnjë lloj rrobe që të nxeh, por që nuk të jep ngrohtësi në trup. Për shembull, rrobat prej leshi ngrejnë temperaturën e trupit dhe ngrohin lëkurën. Nga ana tjetër, veshjet prej mëndafshi, liri dhe pambuku i sjellin ngrohtësi vetëm lëkurës.

Veshjet e lirta janë të ftohta dhe të thata, të leshtat janë të nxehta e të thata, dhe të pambuktat janë mesatare. Ndërsa të mëndafshtat janë më të buta dhe më pak të nxehta se të leshtat.

Çdo lloj tekstili që është i butë dhe me shkëlqim, e nxeh më pak trupin dhe ndikon më pak në procesin e kalbëzimit. Ja përse të tilla veshje përdoren gjatë verës dhe në vende të nxehta.

Mëndafshi, duke qenë se nuk është i ashpër dhe as i thatë, është mjaft efikas në trajtimin e puçrrave të lëkurës, kur ato shkaktohen nga materialet e thata dhe të ashpra. Pra, Pejgamberi (s.a.u.s.) u dha leje Abdurrahman ibn Aufit dhe Zubejr ibn Auamit që të mbanin këmisha të mëndafshta, me qëllim që të ndihmonte për shërimin e tyre. Gjithashtu, veshja prej mëndafshi është e pafavorshme për parazitët e lëkurës, sepse nuk është mjedisi i tyre më i mirë, ku ato shtohen e zhvillohen.

Ndërsa veshjet që as nuk të ngrohin dhe as nuk e rrisin nxehtësinë e trupit, janë ato prej hekuri, plumbi, druri, rëre e të tjera si këto.
Dikush mund të pyesë: Nëse mëndafshi është nga materialet më të mira për të bërë rroba, atëherë pse është ndaluar nga Sheriati i përkryer, i cili ka bërë të lejuar çdo gjë të mirë dhe të dobishme dhe ka ndaluar çdo të keqe dhe të dëmshme?
Kësaj pyetjeje, grupe të ndryshme i kanë dhënë përgjigje të ndryshme.

Disa thonë se mëndafshi në zanafillë është krijuar për gratë, sikurse floriri që përdoret për zbukurimin e tyre, kështu që për burrat është bërë i ndaluar, që t'i mbyllë rrugën përngjasimit të burrave me gratë.

Disa të tjerë thonë se ai është bërë i ndaluar për shkak të mendjemadhësisë dhe arrogancës që kultivon tek ata burra që e veshin dhe e përdorin atë.

Të tjerë thonë se ai është bërë i ndaluar sepse tek ata që e veshin, ai kultivon cilësi dhe zakone femërore. Dhe, me të vërtetë, në shumicën e rasteve, ata burra që e veshin dhe përdorin vazhdimisht mëndafshin përfitojnë dhe marrin një nuancë femërore në sjelljen dhe zakonet e tyre. Madje, kjo duket qartë edhe tek ata burra që njihen si kalorës dhe luftëtarë të sprovuar. Nëse këta veshin vazhdimisht rroba mëndafshi, kjo ndikon në karakterin e tyre. Ata që nuk janë të aftë të shohin të tilla aspekte të karakterit, le t'i binden dhe dorëzohen urtësisë së Sheriatit të

shpallur nga Zoti i gjithësisë. Po për këtë arsye, mendimi më i saktë rreth çështjes së veshjes së rrobave të mëndafshit për fëmijët meshkuj, është që, për kujdestarin është haram që ta veshë fëmijën mashkull me mëndafsh, sepse kjo kultivon tek ai cilësi dhe tipare femërore.

Lidhur me këtë temë, në një hadith të sjellë nga Nesaiu, Ebu Musa El Eshariu (Allahu qoftë i kënaqur me të!) tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Vërtet, Allahu i bëri të lejuar për femrat e umetit tim mëndafshin dhe floririn, por i bëri haram për meshkujt." Në një tjetër transmetim thuhet: "Veshjet e mëndafshit dhe të floririt janë haram për meshkujt e umetit tim, por janë të lejuara për femrat."[1]

Në hadithin tjetër, që vjen në *Sahih*-un e Buhariut, Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka ndaluar veshjen dhe uljen mbi rroba të mëndafshta ose prej ari, dhe ka shtuar: "Këto janë për ata (jomuslimanët) në këtë botë, ndërsa për ju (besimtarët muslimanë) në botën e ardhshme."[2]

Pleviti

Ka dy lloje pleviti (ose pleuriti): i vërtetë dhe i gënjeshtërt. Pleviti i vërtetë është një pezmatim i rëndë i membranës (pleurës) që mbështjell brinjët. Ndërsa pleviti i gënjeshtërt shkakton dhembje të ngjashme dhe godet pleurën, si pasojë e ca gazrave të dendur e të ngjeshur rreth peritoneumit (membranë në kafazin e kraharorit). Dhembja e shkaktuar prej plevitit të gënjeshtërt është akute, ndërsa ajo e plevitit të vërtetë është dhembje therëse.

---

[1] Abdurrezzaku në *El Musannaf*, me numër 19930; Nesaiju 8, 161; Tirmidhiu, me numër 1720. Ky është një hadith i saktë, që është transmetuar nga një numër jo i vogël sahabësh, prej të cilëve mund të përmendim Aliun, Umerin, Abdullah ibn Umerin, Ibn Abasin, Zejd ibn Arkamin, Uathile ibn Eskain apo Ukbe ibn Amirin. Rrugët dhe zinxhirët e transmetimit të këtij hadithi i ka sjellë të plota dhe qartësisht Hafidh El Zejlei, në librin e tij *Nasbur-rajeh*, 4, 222-225.

[2] Buhariu; Tirmidhiu, me numër 2080; Ahmedi, 4, 369; Hakimi 4, 202. Por në *sened*-in e këtij hadithi merr pjesë Mejmun Ebu Abdullah El Basri, i cili është konstatuar dhe konsideruar si i dobët.

Autori i librit *Ligjet e mjekësisë* (Avicena) thotë: "Ndonjëherë, ijët, peritoneumi, muskujt e gjoksit, brinjët dhe pjesët përreth goditen nga një tumor mjaft i dhembshëm, i quajtur plevit. Ndonjëherë, mund të ketë dhimbje në të njëjtat zona të trupit, por jo për shkak të tumorit, por për shkak të grumbullimit të gazrave të dëmshëm e, rrjedhimisht, njerëzit mendojnë se vuajnë nga sëmundja e llojit të parë, por që nuk është ashtu."

Më tej, ai thotë: "Dijeni se çdo lloj sëmundje që prek ijët është quajtur '*dhatul xhenb*' (plevit), fjalë e cila rrjedh nga emri i vendit ku ajo shfaqet (d.m.th., nga '*xhenb*' = 'ijë'). Ja përse çdo dhembje në ijë quhet '*dhatul xhenb*', pavarësisht nga sëmundja që e shkakton atë. Kështu kuptohet edhe fjala e Hipokratit kur thotë, se ata që vuajnë nga '*dhatul xhenb*', mund të kenë përmirësim nëse bëjnë një banjë me ujë të ngrohtë. Thuhet se këshilla e tij përfshin si ata që vuajnë nga pleviti, edhe ata që kanë dhembje në mushkëri prej mungesës së ekuilibrit humoral, pa patur tumore ose ethe."

Disa mjekë thonë se, në greqisht, fjala 'plevit' nënkupton tumorin e nxehtë që shfaqet në ijë, si edhe tumoret në të gjitha organet e brendshme. Tumoret e organeve të brendshme, nëse janë të nxehtë, quhen 'plevite'.

Megjithatë, simptomat e plevitit të vërtetë janë pesë: ethet, kolla, dhimbjet therëse, vështirësia në frymëmarrje dhe pneumonia.
Për të trajtuar plevitin e gënjeshtërt përdoret aloeja indiane. Po ta bluash mirë atë dhe ta përziesh me vaj të nxehtë, e ashtu ta përdorësh si pomadë për të lyer zonën e prekur të trupit, apo nëse lëpihet nga i sëmuri, ajo është mjaft e mirë. Në këtë rast, aloeja shpërbën substancat septike, forcon organet e brendshme dhe liron bllokimet.

El Mesbahi ka thënë: "Aloeja është e nxehtë dhe e thatë. Ajo forcon organet e brendshme, eliminon gazrat, hap bllokimet, ndihmon kundra plevitit dhe në nxjerrjen e lagështisë së tepërt. Gjithashtu, ajo është e mirë për trurin dhe mund të ndihmojë kundra plevitit të vërtetë, nëse ai është shkaktuar nga lëngu flegmatik (këlbaza), e

sidomos kur sëmundja është duke u dobësuar. Allahu e di më së miri."

Pleviti konsiderohet si sëmundje e rrezikshme. Një hadith i saktë, i përcjellë nga Ummu Seleme, thotë se sëmundja e fundit që kapi Pejgamberin (s.a.u.s.) nisi kur ai ndodhej në shtëpinë e Meimunas (Zoti qoftë i kenaqur me të!). Sa herë që e ndiente veten më mirë, ai shkonte dhe i printe xhematit në namaz. Sa herë që dhembjet i shtoheshin, ai urdhëronte Ebu Bekrin që të dilte imam në namaz. Sëmundja iu rëndua aq shumë, sa Pejgamberi (s.a.u.s.) humbi vetëdijen. Kur dhembjet iu shtuan më shumë, gratë e tij, xhaxhai Abbasi, Ummu Fadl bintu El Harithi dhe Esma bintu Umejsi u mblodhën rreth tij dhe, pas një këshillimi me njëri-tjetrin, vendosën t'i jepnin ilaç nga goja. Kur u përmend, i Dërguari (s.a.u.s.) pyeti: "Kush ma bëri këtë? Kjo mund të jetë vetëm vepër e grave që kanë ardhur prej këtej" - dhe bëri me dorë në drejtim të Abisinisë. Në të vërtetë, atë e kishte bërë Ummu Selema dhe Esma (të cilat kishin emigruar dikur në Abisini). Pastaj, gratë thanë: "O i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.), ne patëm frikë se mos po vuaje nga pleviti!" Ai (s.a.u.s) i pyeti: "Çfarë ilaçi më dhatë?" Dhe ata i treguan llojin e ilaçit. Atëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) u përgjigj: "Allahu nuk do të më dënonte kurrë me atë sëmundje…" Më pas, tha: "Ju urdhëroj të gjithëve ju që jeni këtu, të merrni nga ky ilaç, përveç xhaxhait tim Abas!"[1]

Në dy *Sahih*-ët është transmetimi nga Aishja (Allahu qoftë i kënaqur me të!), që tregon: "I dhamë mjekim nga goja të Dërguarit të Allahut, megjithëse ai na bëri me shenjë që të mos ia jepnim atë ilaç, pasi ne menduam se ky qe thjesht një reagim i zakonshëm i një të sëmuri ndaj ilaçit. Kur ai u përmend, tha: "A nuk ju ndalova që të ma jepnit atë ilaç?! Atëherë, askush prej jush të mos rrijë pa marrë pak nga ky ilaç, përveç Abasit, sepse ai nuk qe me ju!"

Nga ky hadith mësojmë se ndëshkimi për një gabim apo faj jepet me të njëjtën formë me fajin apo gabimin, nëse ata nuk janë

[1] Abdurrezaku, me numër 9754, përmes rrugës së transmetimit të El Uakidiut, i cili është cilësuar si dobët.

harame në vetvete, që shkelin hakun e Allahut të Lartësuar. Ky është mendimi më i saktë, madje i padiskutueshëm, për të cilin dëshmojnë mbi dhjetë argumente, të cilat i kemi përmendur në një tjetër vend. Ky është mendimi i transmetuar tekstualisht prej imam Ahmedit. Ky është edhe mendimi i katër Kalifëve të Drejtë.

Dhembjet e kokës dhe llojet e saj

Imam Ibn Maxhe shënon në *Sunen*-in e tij një hadith, për saktësinë e të cilit ka rezerva, që tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.), kur kishte dhembje koke, e mbështillte atë me këna dhe thoshte: "Me vullnetin e Allahut, kjo do të ndihmojë për largimin e dhembjes së kokës."[1]

Dhembja mund të ndiehet në të gjithë kokën ose në pjesë të ndryshme të saj, por kur ajo ndiehet vetëm në njërën anë të kokës, atëherë ajo quhet 'migrenë'. Lloji i dhembjes që përfshin krejt kokën quhet ndonjëherë 'helmetë', pasi ajo ngjan me helmetën, e cila mbulon të gjithë kokën. Dhembja, gjithashtu, mund të godasë veç anën e pasme të kokës, ose edhe veç anën ballore të saj.

Dhembjet e kokës janë të shumëllojshme, me shkaktarë nga më të ndryshmit. Ato nisin zakonisht kur koka nxehet për shkak të presionit të një lloj avulli septik, i cili grumbullohet afër kokës dhe i cili kërkon të gjejë rrugëdalje, por nuk ia arrin. Pastaj, presioni i avullit shtohet, ashtu si në një tenxhere që valon, por që avulli nuk ka nga të dalë. Është fakt se kur një lëng nxehet, ai shton vëllimin dhe kërkon të zërë më shumë hapësirë. Në të njëjtën mënyrë, avulli grumbullohet afër kokës dhe, si pasojë, shkakton dhembje në gjithë kokën, sepse nuk arrin të përhapet ose që të dalë nga trupi, teksa nxehet gjithnjë e më tepër. Kjo gjendje shkakton një marrje mendsh.

Ka shumë lloje të dhembjeve së kokës, që vijnë nga shkaktarë të ndryshëm, si:

---

[1] Ibn Maxhe, 3502. Në versione të ngjashme e sjellin edhe Ahmedi, 6/462, Ebu Daudi, 3858.

1. Së pari, kur një nga katër gjendjet themelore të trupit (ftohtësia, nxehtësia, thatësia dhe lagështia) bëhet mbizotëruese ndaj të tjerave.
2. Ulcera në stomak, sepse nervat cefalikë (të trurit) janë të lidhura me stomakun.
3. Gazra të ngjeshur mund të mblidhen në stomak, e pastaj të ngrihen lart deri në kokë, duke shkaktuar dhembje koke.
4. Ndonjë tumor në arterien gastrike sjell dhembje në kokë, pasi stomaku dhe koka janë të lidhur me njëri-tjetrin.
5. Kur stomaku është plot, ai mund të shkaktojë dhembje koke, pasi një pjesë e ushqimit mbetet e patretur.
6. Dhembja e kokës mund të shfaqet pas aktit seksual, pasi në këto çaste trupi është i dobët, dhe kështu është i ekspozuar ndaj nxehtësisë së ajrit.
7. Dhembja e kokës vjen ndonjëherë pas të vjellave, për shkak të thatësisë së stomakut ose të gazrave që ngjiten nga stomaku në kokë.
8. Moti ose ajri i nxehtë mund të shkaktojnë dhembje koke.
9. Dhembja e kokës mund të shkaktohet edhe nga të ftohtët, ose nga avujt që mblidhen në kokë dhe nuk arrijnë të shpërbëhen.
10. Kur nuk fle mjaftueshëm.
11. Shtypja e ushtruar në kokë, për shembull, kur mban mbi të ndonjë peshë të rëndë.
12. Fjalosja e tepërt, ndonjëherë, dobëson mendjen, e më pas rrjedhon në dhembje koke.
13. Ushtrimet e tepërta fizike ose lodhja e madhe.
14. Depresioni, shqetësimet emocionale ose mendimet e këqija.
15. Uria e madhe. Në këtë rast, gazrat e stomakut ngrihen deri në kokë dhe shkaktojnë dhembje.
16. Tumori në cipën e trurit. Në këtë rast, njeriut i duket sikur dikush po e godet me çekan në kokë.
17. Ethet shkaktojnë dhembje koke, për shkak të temperaturës së lartë që pëson trupi prej tyre.

Në fund, Allahu e di më së miri.

Trajtimi i migrenës

Kur ana më e dobët e trurit lejon futjen e materialeve septike, atëherë dhembjet e migrenës shoqërohen me pulsim të arterieve. Në këtë rast, dhembjet lehtësohen po të lidhësh në kokë një fashë. Kjo lidhje ndal pulsimin e arteries, e kështu dhembjet pakësohen.
Në librin e tij *Mjekësia e të Dërguarit*, Ebu Naimi thotë se Pejgamberin (s.a.u.s.) e kapnin shpesh dhembjet e migrenës, të cilat e mbyllnin në shtëpi për një apo dy ditë. Më pas, Ebu Naimi, duke iu referuar Ibn Abasit, tregon se: "Pejgamberi (s.a.u.s.), njëherë, ka mbajtur fjalim me kokën e lidhur me një shirit."

Përveç kësaj, në *Sahih* thuhet se, në sëmundjen që i parapriu vdekjes së tij, Pejgamberi (s.a.u.s.) tha njëherë: "Oh, koka!", dhe mbante të lidhur në kokë një shirit.

Lidhja e kokës rreth e qark me një fashë ndihmon në lehtësimin e dhembjeve të kokës dhe të migrenës.

Çdo dhembje koke trajtohet në përputhje me llojin dhe shkaktarin e vet. Kështu, ajo mund të lehtësohet duke provokuar të vjella, duke ngrënë, duke qëndruar në pushim e qetësi, me kompresa të ftohta, duke freskuar trupin, duke u ngrohur, duke qëndruar larg zhurmave etj.

Nëse i njeh mirë këto fakte, atëherë e kupton se trajtimi me këna është vetëm një lloj mënyre, e cila përdoret vetëm për disa raste të caktuara.

Kur dhimbja e kokës nuk vjen nga ethet ose nga ndonjë materie e dëmshme, e cila duhet të hiqet, atëherë kënaja mund ta lehtësojë disi atë. Kënaja e shtypur dhe e përzier me uthull, po të vendoset në ballë, e liron kokën nga dhembjet. Ajo qetëson nervat, po të vihet me kompresa.

Megjithatë, dobitë e kënasë nuk janë të kufizuara vetëm në trajtimin e dhembjes së kokës, por ajo vlen edhe për organe të tjera të trupit, për lungat e nxehta dhe për pezmatimet, kur përdoret me kompresë.

Kënaja është me ftohtësi të shkallës së parë dhe thatësi të shkallës së tretë. Pema e kënasë ka dy veti kryesore: ajo është dekompozuese, për shkak të natyrës së saj të ngrohtë dhe të lëngshme, dhe ngurtësuese, për shkak të natyrës së ftohtë dhe tokësore që ka.

Kënaja shërben për mjekimin e vendeve të djegura, si edhe për qetësimin e nervave kur përdoret me kompresa, ashtu siç e thamë më lart. Nëse e përtyp, ajo kuron infeksionet që shfaqen në gojë, sidomos zjarrthin, që shfaqet te fëmijët. Vënia e kënasë me kompresa mbi plagë të hapura jep të njëjtat rezultate me ato të rrëshirës vajore që prodhon lëvorja e frutave të pjekura të palmës.
Imam Tirmidhiu dhe imam Bejhekiu kanë shënuar në përmbledhjet e veta hadithin e Ummu Selemes, që tregon se: "Pejgamberi, (s.a.u.s.), sa herë që ka pësuar ndonjë lëndim apo thumbim, ka vënë këna dhe nuk ka vuajtur më pastaj."

Lulja e kënasë e përzier me dyllë të kulluar dhe vaj trëndafili lehtëson dhembjet e plevitit.

Nëse kënaja përdoret te fëmijët me li, kur sëmundja është në stadin e saj fillestar, duke lyer tabanin e këmbës me të, atëherë ajo mbron sytë nga dhimbjet që shoqërojnë zakonisht linë.

Kur në rrobat e leshta vendoset këna, ato marrin aromë dhe ruhen nga myku. Po ashtu, po t'i futësh gjethet e kënasë në ujë të freskët, pastaj t'i shtrydhësh e t'i pish për dyzet ditë rresht, duke hedhur 10 *darahime* (rreth 30 gramë) sheqer për çdo 20 *darahime* shurup, e duke ngrënë mish qengji për gjatë gjithë kësaj periudhe, atëherë kjo recetë e shkëlqyer do ndihmojë në parandalimin e lebrës.

Na kanë treguar që, njëherë, një burrë të cilit i plasaritej mishi i gishtërinjve, ishte gati të shpërblente me para çdokënd që do të arrinte ta shëronte. Kështu, një grua e këshilloi të pinte një lëng të përftuar prej kënasë, por ai nuk duronte dot as idenë që mund të pinte lëng kënaje. Më vonë, ai futi gjethet e kënasë në ujë dhe

pastaj e piu këtë ujë. Si rezultat, gishtat iu shëruan dhe rifituan bukurinë e tyre.

Kënaja mund të përdoret si pomadë për gishtat, pasi ajo i pastron dhe i forcon ata. Nëse ajo përzihet me gjalpë, me të mund të mjekosh lungat e qelbëzuara, nëse ua vë përsipër si kompresë. Kënaja shërben si ilaç për zgjeben kronike, nxit rritjen e flokëve dhe i forcon ata, madje forcon edhe kokën. Në fund, ajo është ilaç për fshikat dhe çibanët që dalin në këmbë ose në të gjithë trupin.

Regjimi i ushqimit për të sëmurin

Imam Tirmidhiu në veprën e vet *El Xhamiu*, dhe imam Ibn Maxhe në *Sunen*-in e tij kanë shënuar se Ukbe ibn Amir El Xhuni ka treguar se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Të sëmurëve tuaj mos u jepni të hanë e të pinë me pahir, sepse ata i ushqen dhe u jep të pinë Allahu i Gjithëfuqishëm."[1]

Disa mjekë të njohur kanë vlerësuar se ky hadith, si një burim i pashtershëm, na zbulon urtësitë e Zotit, të cilat Pejgamberi (s.a.u.s.) i ka thënë me fjalë të thukëta dhe të sakta. Dobitë e tij janë të shumta dhe ai është një udhëzim për mjekët e për të gjithë ata që kujdesen për të sëmurët.

Në të vërtetë, kur pacienti nuk e duron një ushqim ose nuk dëshiron të hajë apo të pijë diçka, kjo do të thotë se organizmi i tij është i angazhuar në luftë me sëmundjen ose që i është dobësuar oreksi. Cilido qoftë shkaktari, ushqimi nuk duhet t'i jepet pacientit me pahir.

Ndjenja e urisë vjen nga kërkesa e trupit për ushqim, në mënyrë që ai të rimarrë energjinë e nevojshme, duke zëvendësuar atë që ai (trupi) e ka harxhuar. Organet e trupit kërkojnë dhe shpenzojnë energji, derisa atij t'i mbarojë furnizimi. Pas kësaj, stomaku 'ngacmon' njeriun, i cili kështu fillon të ndiejë uri. Ushqimi, më

---

[1] Tirmidhiu, me numër 2041; Ibn Maxhe me numër 3444. Vetë hadithi është i dobët, por ka edhe hadithe të tjera, që i japin shkallën *hadith hasen*.

pas, nis të shpërndahet nga stomaku te pjesët e tjera të trupit, duke nisur me ato që ndodhen më pranë tij.

Kur është i sëmurë, organizmi është i angazhuar me pjekjen (përpunimin) dhe asgjësimin e substancave të dëmshme dhe nuk kërkon ushqim ose pije. Për këtë arsye, kur të sëmurit i imponohet ushqimi, energjia e trupit ndahet në dy pjesë: njëra shkon për tretjen e ushqimit, kurse tjetra për luftimin e substancave septike, që kanë shkaktuar sëmundjen. Rrjedhimisht, i sëmuri dëmtohet, sidomos kur vuan nga sëmundje akute, ose do t'i dobësohet nxehtësia instiktive, pasi këto kushte veçse e fuqizojnë sëmundjen.
I sëmuri duhet të hajë vetëm gjëra që i duhen për të ruajtur fuqinë e tij dhe duhet të shmangë gjithçka që ia rëndon më tepër gjendjen. Ai duhet të konsumojë ushqime të lehta dhe lëngje, si, për shembull, lëngun e zambakut të bardhë të ujit (që ka zhardhok të ngjashëm me karrotën), lëng molle, shurup trëndafili etj. Sa i përket ushqimit, mund t'i jepet një supë e mirë me mish pule. Përveç kësaj, i sëmuri duhet të gjallërojë trupin me aroma të këndshme dhe të dëgjojë vetëm lajme të mira.

Mjeku i vërtetë duhet të jetë shërbëtor dhe ndihmues i natyrës, e jo kundërshtar dhe shkatërrues i saj.

Duhet të pohojmë, gjithashtu, se gjaku i pastër dhe i shëndetshëm është ushqyes i mirë i trupit. Ne duhet të dimë, nga ana tjetër, se lëngu flegmatik është një lloj gjaku që nuk është pjekur ende sa duhet. Për këtë arsye, kur i sëmuri ka tepri të këtij lëngu në stomakun bosh, trupi i tij fillon ta pjekë gjakun flegmatik, për ta kthyer atë në gjak të pastër, i cili do të furnizojë organet me energji.

Trupi ynë është mjeti të cilin Allahu na e ka besuar, me detyrën që ta ruajmë atë dhe shëndetin e tij, për sa kohë që ai jeton.
Ndonjëherë, kur sëmundja është duke u larguar, është e nevojshme që ta detyrosh pacientin të hajë dhe të pijë.
Hadithi tregon se i sëmuri mund të jetojë pa u ushqyer më gjatë sesa një i shëndetshëm.

Thënia e Pejgamberi (s.a.u.s.): "Të sëmurëve tuaj mos u jepni të hanë e të pinë me pahir, sepse ata i ushqen dhe u jep të pinë Allahu i Gjithëfuqishëm", bart më tepër urtësi sesa mund të mendojnë doktorët. Veçse ata që kanë përvojë në njohjen e zemrës dhe shpirtit dhe të ndikimit të tyre në trup, apo anasjelltas, mund të zbulojnë urtësitë e thënies së Profetit (s.a.u.s.).

Është fakt, se kur zemra është e pushtuar nga ndjenja të tilla, si: gëzimi, dëshpërimi apo frika, ajo përqendrohet ndaj këtyre ndjenjave, duke lënë anash nevojën për t'u ushqyer e për të pirë. Në të tilla kushte, njeriu nuk ndien uri e etje, madje as të ftohtë apo të nxehtë. Në këtë rast, trupi është i angazhuar pas çdo gjëje që e shqetëson apo që i shkakton dhembje. Secili prej nesh ka provuar gjendje të tilla, prandaj duhet ta pranojmë se kur zemrën e shqetëson diçka, së cilës ajo i kushton tërë vëmendjen, atëherë ajo nuk e ndien nevojën për ushqim.

Kur çështja që e angazhon është diçka që sjell gëzim, atëherë ngazëllimi bëhet zëvendësues i ushqimit. Ai e mbush trupin dhe i jep energji, ndërsa gjaku pompohet nëpër organe, aq sa mund të duket edhe nën lëkurë. Kësisoj, fytyra rrezaton gëzim dhe jetë.
Në fakt, ndjenjat e haresë çlodhin zemrën dhe mbushin enët me gjak. Organet, në këtë rast, nuk kërkojnë ushqim, pasi ato furnizohen me diçka tjetër, që është më e mirë sesa ushqimi. Kur natyra njerëzore merr atë që i pëlqen, atëherë ajo e shpërfill diçka që është më pak e mirë ose e rëndësishme.

Kur zemrën e pushtojnë ndjenja si pikëllimi, ankthi apo frika, trupi angazhohet pas tyre dhe nuk do t'ia dijë për ushqim, pasi është i përqendruar në luftën e vet. Kur ai e fiton luftën kundra tyre, atëherë ndjenja e gëzimit e rigjallëron fuqinë e trupit, duke u bërë zëvendësuese e energjisë normale, që merret nga ushqimi dhe pija. Kur kjo luftë humbet, trupi ndiehet i mposhtur dhe i dobët në të njëjtën shkallë që ka qenë edhe humbja. Nëse lufta kundra të tilla angazhimeve herë fitohet e herë humbet, edhe trupi do të ndiehet herë i fortë e energjik, e herë i dobët. Sigurisht, kjo i ngjan

një beteje reale mes dy ushtrive, ku flamurin e mbajnë fitimtarët, ndërsa humbësit lënë pas të vrarë, të plagosur dhe robër.

Të sëmurit i vjen një furnizim prej Allahut të Lartësuar, me të cilin ai ushqehet, përveç ushqimit që i shkon nëpërmjet gjakut, mënyrë të cilën mjekët e pranojnë. Kjo ndihmë shtesë që i ofrohet atij prej të Madhëruarit vjen në varësi të përunjësisë, varfërisë, nevojës dhe dobësisë që ai shfaq para të Madhëruarit, në formë adhurimi dhe devotshmërie ndaj Tij. Kjo lloj përunjësie dhe varfërie e tij para të Adhuruarit të vetëm, Allahut Krenar dhe të Lartësuar, e sjell atë më pranë të Gjithëpushtetshmit. Njeriu është më pranë Zotit të tij atëherë kur zemra i nënshtrohet Atij; si shpërblim për këtë, mëshira e Zotit do të jetë më pranë njeriut.

Kur robi është besnik ndaj Allahut, zemra e tij merr mbështetjen dhe ndihmën e mjaftueshme, të cilat e ushqejnë trupin më mirë sesa ushqimi që ai merr nga goja. Sa më të forta të jenë dashuria, lumturia, siguria, padurimi dhe kënaqësia e robit me Allahun, aq më e madhe do të jetë fuqia shpirtërore që ai do të ndiejë. Kjo, në fakt, nuk mund të përshkruhet me fjalë, madje asnjë doktor nuk mund ta shpjegojë apo të zhbirojë në këto njohuri me forcat e veta. Ata që nuk kanë logjikë të shëndoshë, duke mos arritur kështu të kuptojnë faktet e mësipërme, le të këqyrin gjendjen e mjerë të kujtdo që lakmon një pjesë të botës materiale, qoftë kjo figurë, pozitë, para apo dituri. Shumë njerëz kanë zbuluar fakte mahnitëse për vetet e tyre dhe për të tjerët vetëm nëpërmjet vëzhgimeve të kujdesshme.

Është transmetuar saktësisht prej Profetit (s.a.u.s.), se ai agjëronte pandërprerë ditë të tëra, por i ndalonte shokët e tij që të bënin të njëjtën gjë. Ai u thoshte: “Unë nuk jam si ju. Mua më ushqen dhe më jep të pi Zoti im.”[1] Të ngrënët dhe të pirët që përmenden në hadith nuk janë të atij lloji që njerëzit i marrin nëpërmjet gojës, sepse kështu nuk do të quhej agjërim i pandërprerë. Gjithashtu, ai vuri në dukje se kishte ndryshim mes tij dhe atyre në aftësinë e qëndrimit në agjërim të pandërprerë, pasi shokët e tij nuk mund ta

[1] Buhariu, 10, 127; Muslimi, 1577.

përballonin atë që ai mund ta përballonte me ndihmën e Zotit të Lartësuar. Nga ana tjetër, nëse ai po fliste për ushqimin e zakonshëm, që merret nga goja, atëherë ai nuk do të thoshte "Unë nuk jam si ju".

Ata që mendojnë se këtu flitet për ushqimin e zakonshëm nuk kanë furnizim të mjaftueshëm me ushqimin që kërkojnë zemra dhe shpirti. Ata as nuk e njohin efektin që ky ushqim hyjnor jep në fuqizimin dhe gjallërimin e trupit, dhe nuk e dinë se ky është furnizimi i vërtetë, i cili është më i fortë e më ushqyes se ushqimi material.

Pezmatimi i fytit

Në dy *Sahih*-ët shënohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Me të vërtetë, mjekimi më i mirë për ju është me kupa dhe me aloe indiane. Mos i mundoni fëmijët tuaj duke ua shtypur njerithin (lat. *uvulae*), kur janë të sëmurë me bajame." Ndërsa në *Sunen*-e dhe në *Musned*, është hadithi i Xhabir ibn Abdullahit, që tregon se: Pejgamberi (s.a.u.s.), një ditë, shkoi tek Aishja, të cilën e gjeti duke u kujdesur për një fëmijë, të cilit po i rridhnin hundët gjak. E pyeti: "Ç'po ndodh?" Ajo u përgjigj: "Me siguri ka pezmatim të fytit ose dhembje koke!" Atëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Mos i vrisni fëmijët tuaj! Kur t'ju sëmuren fëmijët nga bajamet ose nga dhembja e kokës, lajeni aloen indiane me ujë dhe pastaj futjani fëmijës nga hunda." Aishja menjëherë e kërkoi ilaçin, e përdori dhe fëmija u shërua.

Ebu Ubejde ka shpjeguar se bajamet janë një acarim i fytit, që vjen prej gjakut. Të tjerë thonë se 'bajame' quhet qelbëzimi që ndodh mes veshit dhe fytit, i cili më së shumti prek fëmijët.

Thithja me hundë e pluhurit të aloes indiane kuron bajamet që janë të mbushura me gjak flegmatik, i cili mblidhet në trupin e fëmijëve të vegjël. Aloeja indiane ndalon ënjtjen e uvulës dhe e bën të mundur tërheqjen e saj në vendin përkatës.

Aloeja ndihmon edhe kundra sëmundjeve të tjera të nxehta. Ibn Sina, në veprën e vet *Ligjet e mjekësisë*, për kurimin e pezmatimit dhe të tejzgjatjes së njerithit këshillon përdorimin e shapit, farave të rigonit dhe të aloes indiane.

Aloeja indiane që përmendet në hadith është ajo me lule të bardha dhe të ëmbla, nga e cila ka mjaft përfitime.

Më herët, njerëzit e kishin zakon ta trajtonin pezmatimin e grykës dhe të bajameve duke shtypur njerithin. Pejgamberi (s.a.u.s.) e kundërshtoi këtë mënyrë dhe tregoi ilaçin.

Ilaçet që merren nga hunda janë të thjeshta ose të përbëra, të cilat, fillimisht, thahen dhe bluhen. I sëmuri duhet të shtrihet në shpinë, me supe pak të ngritura dhe kokën drejt. Në këtë pozicion, ilaçi futet në kokë dhe, më pas, e nxjerr jashtë sëmundjen me anë të teshtimave. Në *Sunen*-in e Ebu Daudit është rrëfimi nga Ibn Abasi, që tregon se, Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka përdorur vetë këtë lloj metode.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për trajtimin e sëmundjeve të zemrës

Ebu Davudi, në *Sunen*-in e tij, shënon rrëfimin e Saidit: - Pejgamberi (s.a.u.s.) më vizitoi gjatë kohës që isha i sëmurë. Ai e vuri dorën e vet mbi gjoksin tim. Unë e ndieva ftohtësinë e dorës së tij, që depërtoi deri brenda gjoksit tim. Pastaj, ai më tha: "Ti vuan nga zemra. Shko te Harith ibn Keldeja nga Thekifi. Ai është një person që merret me mjekime. Le të marrë shtatë hurma medinase të thara dhe t'i bluajë bashkë me farat e tyre, dhe pastaj të t'i japë ty."

Hurmat në përgjithësi dhe ato të thatat në veçanti, sidomos ato të Medinës, kanë veti të rralla kuruese, në mënyrë të veçantë për sëmundjet e zemrës.

Receta me shtatë hurma e të Dërguarit të Allahut, për trajtimin e mësipërm, ka vlera të veçanta shpirtërore, të cilat mund të

kuptohen vetëm nëpërmjet fesë. Kështu, në dy *Sahih*-ët është transmetimi nga babai i Sad ibn Ebu Vekkasit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Kush ha në mëngjes shtatë hurma nga ato të zonës El Alijah, atë njeri atë ditë nuk do ta dëmtojë as helmi, as magjia". Ndërsa në një transmetim tjetër thuhet: "Kush ha shtatë hurma prej atyre që ndodhen mes dy hapësirave me gurë të zinj të Medinës, atë nuk ka për ta dëmtuar helmi deri sa të ngryset."

Hurmat kanë nxehtësi të shkallës së dytë dhe thatësi të shkallës së parë. Hurmat janë ushqim i mirë, sidomos për ata që janë mësuar me to, siç janë banorët e Medinës. Hurmat janë shumë më të mira për banorët e vendeve më klimë të ngrohtë ose të nxehtë, sesa për banorët e vendeve me klimë të ftohtë, pasi banorët e vendeve të ftohta kanë temperaturë trupi të lartë, kurse banorët e vendeve të nxehta kanë temperaturë të brendshme të ftohtë. Kjo shpjegon arsyen pse banorët e Hixhazit, të Jemenit, të Taifit dhe të viseve të ngjashme hanë ushqim të nxehtë, si mjaltë dhe hurma. Ata, gjithashtu, përdorin piper dhe xhenxhefil në ushqimin e tyre, më shumë sesa ata që banojnë në vendet e ftohta; ndoshta edhe dhjetë herë më tepër. Disa prej tyre e hanë xhenxhefilin njësoj si të tjerët hanë ëmbëlsirat. Ata, madje, i marrin këto lloj ushqimesh gjithnjë me vete, edhe kur udhëtojnë. Siç e thamë, këto ushqime janë të përshtatshme për ata dhe nuk i dëmtojnë, për shkak të temperaturës së ulët të trupit të tyre. Për ilustrim, mund të themi se uji i pusit bëhet më i ftohtë gjatë verës dhe më i ngrohtë gjatë dimrit. Po ashtu, stomaku mund ta tresë një ushqim të rëndë gjatë dimrit, më lehtë sesa gjatë verës.

Për popullin e Medinës hurmat e thata janë ushqimi i tyre bazë, njëlloj siç kanë të tjerët drithin. Jo vetëm kaq, por zona El Alijah në Medinë prodhon njërin nga varietetet më të mira të hurmave, sepse ato janë mishtake, të ëmbla dhe të shijshme.

Hurma është një lloj fruti që përdoret për vlerat e saj ushqyese dhe mjekësore. Ajo është e dobishme për njerëzit në përgjithësi, forcon nxehtësinë natyrale të trupit, nuk prodhon substanca apo jashtëqitje të dëmshme, si disa fruta dhe ushqime të tjera. Për ata

që i përdorin shpesh, hurmat pengojnë prishjen dhe kalbëzimin e jashtëqitjeve trupore.

Hadithi që kemi cituar ne vlen në mënyrë të veçantë për banorët e Medinës dhe të rrethinave të saj. Është fakt i njohur se vlerat kurative të barërave a bimëve të një zone të caktuar lidhen ngushtë me cilësitë e ajrit dhe të tokës së asaj zone. Një bimë mjekësore mund të jetë mjaft e dobishme në mjedisin e saj të natyrshëm, por jo diku tjetër. Tokat ndryshojnë në cilësitë dhe karakteristikat e tyre, ashtu siç ndryshojnë popujt nga njëri-tjetri. Ndonjëherë, një lloj bime mund të jetë ushqim normal në një zonë të caktuar, ndërkohë që mund të jetë helmuese për njerëz të tjerë, që jetojnë në një vend tjetër. Ndonjëherë, disa barëra që përdoren si ilaçe në një zonë të caktuar mund të jenë ushqim normal për një popull diku tjetër. Disa lloje barërash mund të jenë ilaç për disa sëmundje të caktuara në një vend, ndërkohë që në një vend tjetër ato janë ilaç për disa sëmundje të tjera. Po ashtu, për një zonë të caktuar mund të jetë gjetur një kurë mjaft e mirë, e cila nuk ka efekt te njerëzit e një zone tjetër.

Kuptimi shpirtëror i numrit 'shtatë'

Përdorimi i shtatë hurmave që përmendet në hadith, ka një kuptim shpirtëror (ezoterik) dhe material. Kështu, Allahu ka krijuar shtatë qiej, shtatë toka, shtatë ditë në javë, e bëri krijimin e njeriut në shtatë etapa, ka përcaktuar shtatë rrotullime rreth Qabes, shtatë xhiro ndërmjet Safasë dhe Mervasë, shtatë guralecë për t'u hedhur në Mina, shtatë tekbire gjatë faljes së Bajramit. Përveç këtyre, Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë se fëmijët duhet ta kryejnë namazin kur të arrijnë moshën shtatë vjeç. Pejgamberi (s.a.u.s.) ka saktësuar se fëmija mund të zgjedhë ndërmjet nënës dhe babait (në rast të divorcit të prindërve), pasi të ketë mbushur shtatë vjeç. Gjatë kohës së sëmundjes së tij të fundit, Pejgamberi (s.a.u.s.) kërkoi nga sahabët që t'i derdhnin mbi kokë ujë të freskët me shtatë shakuj të ndryshëm. Allahu i Gjithëfuqishëm e urdhëroi erën shkatërruese që të sulmonte shtatë net pa ndërprerë e pa mëshirë popullin jobesimtar të Adit, si ndëshkim për të. Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka lutur Allahun e Gjithëfuqishëm që ta

ndihmonte atë kundër popullit të Mekës, duke dërguar mbi ta shtatë vite të vështira dhe thatësire, si shtatë vitet e Jusufit. Në Kuran, Allahu i Lartësuar na tregon që do ta shumëfishojë shpërblimin e bamirësisë, sikurse shumon farën nga e cila dalin shtatë kallinj. Ai thotë: "Pasuria e atyre që e shpenzojnë atë në rrugën e Allahut është si një kokërr prej së cilës mbijnë shtatë kallinj…" [Bekare, 261] Gjatë kohës së profetit Jusuf (s.a.u.s.), mbreti i Egjiptit pa në ëndërr shtatë kallinj gruri dhe, me shpjegimin e Jusufit, që ishte asokohe i burgosur, egjiptianët mbollën për shtatë vite rresht. Gjithashtu, Pejgamberi (s.a.u.s.) ka lajmëruar se shtatëdhjetë mijë pasues të tij do të hyjnë në Xhenet pa dhënë llogari.
Siç shihet, nuk ka asnjë dyshim se numri shtatë ka rëndësi të veçantë, të cilin nuk e kanë numrat e tjerë, dhe vetëm Allahu e di më mirë kuptimin e vërtetë dhe urtësinë që fshihet në zgjedhjen e numrit shtatë mbi numrat e tjerë.

Hadithi i mësipërm thotë se ngrënia e shtatë hurmave të një zone të caktuar të Medinës është mbrojtëse nga helmimet dhe magjitë, gjë që dëshmon për cilësitë e veçanta që ka ky lloj hurme. Po të kishin qenë Hipokrati apo Galeni ata që do ta kishin deklaruar këtë, atëherë mjekët do ta pranonin menjëherë, pa pyetur, edhe sikur ata ta kishin bërë pohimin me hamendje dhe jo të mbështetur në fakte. Por thëniet që vijnë nga Pejgamberi (s.a.u.s.), fjalët e të cilit janë të vërteta dhe zbulesë e sigurt hyjnore, meritojnë të besohen dhe respektohen më shumë, pa patur asnjë mëdyshje a ngurrim.

Hurmat që përmenden në hadith janë efikase kundra helmimeve vetëm në disa zona të caktuara. Megjithatë, ne duhet të pohojmë këtu se ka edhe një kusht tjetër: i sëmuri duhet të besojë se ilaçi do ta ndihmojë atë, në mënyrë që trupi ta pranojë dhe të përfitojë prej tij. Është fakt, se ndonjëherë, vetëm duke besuar se ilaçi do ta japë efektin e tij, kjo ndihmon për kurimin e sëmundjes, dhe këtë e kanë dëshmuar një mori njerëzish. Kur zemra e pranon se ilaçi është efikas, trupi fillon e ndien një rritje të fuqive dhe të nxehtësisë instiktive të tij, faktorë këto që e ndihmojnë të nxjerrë

jashtë substancat e jashtme. Nga ana tjetër, ndodh që një ilaç i mirë të mos japë rezultate, pasi pacienti nuk beson se ai do të ketë rezultat; rrjedhimisht, trupi nuk e pranon ilaçin dhe as nuk përfiton prej tij.

Madje edhe Kurani, i cili është ilaçi më i mirë, kura më efikase si për këtë botë, edhe për tjetrën, ai i cili është shërim për çdo sëmundje, nuk i bën dobi asaj zemre që nuk beson në të, që nuk beson se ai është ilaç dhe shërim; përkundrazi, Kurani ua shton më tepër sëmundjet zemrave të këqija.

Nuk ka kurë më të mirë për sëmundjet e zemrës sesa Kurani, pasi ai e zhduk tërësisht sëmundjen nga zemra, mbron shëndetin dhe mirëqenien e saj dhe lufton gjithçka që mund t'i sjellë asaj dëm. Megjithatë, shumica e zemrave përsëri e shpërfillin Kuranin dhe nuk e besojnë atë, e kështu i shmangen përdorimit të tij. Njerëz të tillë mbështeten vetëm tek ilaçet materiale, duke u privuar nga të mirat e Kuranit. Rrjedhimisht, simptomat që prekin zemrat e tyre theksohen më tepër, madje ato shfaqen të pambrojtura ndaj shumë sëmundjeve të tjera. Me kalimin e kohës, mjekët bashkë me pacientët mësohen me barnat e përgatitura po nga soji i tyre, nga krerët apo nga ata të cilët i respektojnë. Në këtë mënyrë, shkatërrimi rëndohet dhe sëmundja bëhet më e vështirë për t'u kuruar. Sa më shumë ata përdorin ilaçet e tyre, aq më tepër e rëndojnë sëmundjen që kanë!

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për neutralizimin e dëmit që vjen nga disa ushqime apo fruta

Në dy *Sahih*-ët shënohet se Abdullah ibn Xhaferi ka thënë: "Kam parë se si Pejgamberi (s.a.u.s.) hante hurma të freskëta e të pjekura mirë, të shoqëruara me kastravecë."

Hurmat e pjekura janë të nxehta në shkallë të dytë. Ato rrisin dëshirën seksuale dhe i japin fuqi stomakut të ftohtë. Por hurmat e pjekura prishen shpejt, të shtojnë etjen, të prishin dhëmbët, të dëmtojnë gjakun, të japin dhembje koke, krijojnë bllokime dhe shkaktojnë dhembje në prostatë.

Nga ana tjetër, kastravecët janë të ftohtë dhe të lagësht në shkallë të dytë. Ata parandalojnë etjen, kanë aromë të freskët dhe ftohin stomakun. Nëse i than farat e kastravecit, i shtyp dhe pastaj i zien në ujë, përftohet një lëng, i cili shuan etjen, shton urinimin dhe lehtëson dhembjet në prostatë. Po t'i shtypësh farat e kastravecit, t'i sitësh, e me to të fërkosh dhëmbët, ndihmon në zbardhjen e këtyre të fundit. Po ashtu, gjethet e shtypura të bimës së kastravecit, të përziera me rrëshirë, mund t'i përdorësh si kompresë mbi plagën që lë kafshimi i qenit të tërbuar.

Në përgjithësi, hurmat janë të nxehta, ndërsa kastravecët janë të ftohtë. Kështu, secili është i përshtatshëm me tjetrin, e madje neutralizon dëmet e tjetrit. Ky është një lloj ekuilibrimi që i bëhet një substance, duke e shoqëruar atë me të kundërtën e saj, dhe këto janë qëllimet që shkenca parandaluese kërkon të arrijë. Në fakt, këto janë qëllimet e vetë shkencës së mjekësisë.
Shoqërimi i ushqimit ose i ilaçeve me të kundërtit ose antidotët e tyre e bën artikullin më të butë dhe i heq atij ndonjë nga efektet anësore negative që mund të ketë. Rrjedhimisht, trupi ruan shëndetin dhe fuqinë e tij.

Aishja (Allahu qoftë i kënaqur me të!) ka thënë: "Më jepnin të haja nga të gjitha llojet e ushqimeve për t'u shëndoshur pak, e unë nuk shtoja aspak. Por, kur më ushqyen me kastravecë dhe hurma të pjekura, atëherë unë u shëndosha."

Me fjalë të tjera, asnjanësimi i efektit të substancës së nxehtë me të ftohtë, i të ftohtit me të nxehtë, i të thatës me lagështi dhe i lagështisë me të thatë, rezulton në një substancë më të butë. Kjo konsiderohet si një nga kurat më të mira dhe si një nga masat parandaluese më të shkëlqyera.
Ne treguam më lart udhëzimin e Profetit (s.a.u.s.) për përzierjen e fshikartës me gjalpë dhe mjaltë, duke shtuar se kjo mënyrë e zbut shijen e fshikartës.

I lavdëruar qoftë Allahu! Paqja dhe bekimet e Tij qofshin mbi Pejgamberin (s.a.u.s.), i cili u dërgua me gjithçka që i jep jetë zemrës dhe trupit dhe me gjithçka që u bën dobi atyre në këtë botë dhe në botën tjetër!

Dieta ushqimore si pjesë e kurimit

Të gjitha llojet e kurave ose të ilaçeve duhet të paraprihen nga një dietë e caktuar ose nga masa parandaluese. Kur njeriu sëmuret, ai duhet të pastrojë trupin nga substancat e dëmshme dhe nga jashtëqitjet. Këto tre elemente (dieta, parandalimi i sëmundjes dhe pastrimi i trupit) përbëjnë atë që quhet mjekësi.
Ka dy lloje dietash: ajo nga e cila mund të vijë një sëmundje dhe ajo që mund ta përshpejtojë fundin e një sëmundjeje. Lloji i parë është për ata që gëzojnë shëndet, ndërsa i dyti është për të sëmurët.

Nëse i sëmuri ndjek një dietë të caktuar, atëherë sëmundja nuk rëndohet më tej, kështu që energjitë që përmban trupi do të bashkëpunojnë me të për ta çliruar nga sëmundja.

Udhëzimi që na vjen në lidhje me dietën shfaqet në thënien e Allahut: "Nëse jeni të sëmurë apo në udhëtim, ose keni kryer nevojën natyrore, ose keni bërë marrëdhënie me gra, e nuk gjeni ujë, atëherë fërkoni fytyrat dhe duart tuaja me dhé të pastër (merrni *tejemum*)." (Nisa, 43) Pra, të sëmurit i është lejuar që të mos e përdorë ujin, kur ai është i dëmshëm për trupin e tij.

Ibn Maxhe, në *Sunen*-in e tij, shënon këtë rrëfim të Ummu Mundhir ibn Kajs El Ensarit: - Njëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) na erdhi për vizitë bashkë me Aliun (r.a.), i cili ende s'e kish marrë veten nga një sëmundje. Aty u ndodhën disa kalavesha me hurma. I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) nisi të hante hurma, e po kështu edhe Aliu (r.a.). Por Pejgamberi (s.a.u.s.) iu drejtua Aliut (r.a.) dhe i tha: "Mjaft, mjaft! Ti ende s'e ke marrë veten mirë !" - Këtë ia tha disa herë, derisa Aliu (r.a.) nuk hëngri më. Për këtë arsye, unë përgatita

pak elb me gjethe të ziera *silkh*-u[1] (rrepa zvicerane, me gjethe si të spinaqit). Kësaj radhe, Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha Aliut (r.a.): "Haje këtë ushqim, sepse është më i mirë për ty!"

Në *Sunen*-in e Ibn Maxhes kemi gjetur, gjithashtu, këtë rrëfim të Suhejbit: - Njëherë, vajta dhe vizitova të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.), të cilin e gjeta duke ngrënë bukë e hurma. "Eja e ha me mua!" - më ftoi. Dhe unë u ula dhe fillova të haja hurma. Pastaj, Pejgamberi (s.a.u.s.) më tha: "A po ha hurma ti, që vuajtke edhe nga konjuktivitisi (infeksion i syrit)?!" - Iu përgjigja: O i Dërguari i Allahut, po i përtyp me anën tjetër! Atëherë, Pejgamberi qeshi.

Në një hadith tjetër, Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Kur Allahu e do robin, Ai e ndihmon atë të ruhet nga kjo botë, ashtu sikurse ju e ruani të sëmurin nga ushqimet dhe pijet."

Ka shumë thënie dhe porosi të çmuara, që vlejnë si këshilla mjekësore, si: "Pehrizi nga ushqimet dhe pijet është ilaçi më i mirë. Stomaku është vendi i çdo sëmundjeje. Çdo të sëmuri jepini atë gjë me të cilën është mësuar (qoftë ushqim apo ilaç)". Shumë njerëz mendojnë se këto janë hadithe të Profetit (s.a.u.s.), por kjo nuk është e vërtetë. Të gjitha këto janë porosi të mjekut arab Harith ibn Kaladahut.
Harithi thoshte që "pehrizi është ajka e mjekësisë". Dieta më e mirë është ajo që mbajnë ata të cilët janë duke kapërcyer një sëmundje, sepse deri në këtë çast, trupi i tyre nuk e ka marrë ende fuqinë e tij normale. Në këto kushte, procesi i tretjes akoma nuk është kthyer në gjendjen e tij optimale dhe shumë organe mund të preken sërish nga sëmundja. Kur është kështu, ngrënia e pakontrolluar dhe e pashëndetshme mund ta rikthejë sëmundjen edhe më të fortë sesa ishte më parë.

Dijeni se ndalimi që i bëri Pejgamberi (s.a.u.s.) Aliut (r.a.) për ngrënien e kalaveshëve të hurmave gjatë kohës kur ky i fundit ishte në shërim e sipër, qe masa më e mirë parandaluese. Frutat

[1] Emri shkencor i kësaj bime është: *Beta vulgaris subspecies cicla*, varieteti *flavescens*.

nuk janë të mira për të sëmurët ose për ata që janë duke e kapërcyer sëmundjen, pasi ato treten shpejt, në një kohë kur trupi është ende duke luftuar me sëmundjen dhe nuk ka fuqinë e mjaftueshme për t'u përballur me një sasi të tepërt ushqimi. Hurmat e pjekura sidomos, janë të rënda për stomakun atëherë kur organizmi është duke i bërë qëndresë sëmundjes dhe duke larguar pasojat e saj. Cilado pjesë e sëmundjes që mbetet ose do të zhduket, ose do të rigjallërohet, në varësi të kushteve fizike.

Por kur erdhën rrepat zvicerane (*silkh*) të ziera me elb, Pejgamberi (s.a.u.s.) e ftoi Aliun t'i hante ato. Rrepat me elb janë ushqimi më i shëndetshëm dhe më i dobishëm për ata të sëmurë që janë duke u përmirësuar, si edhe për ata që kanë stomak të dobët. Ato nuk prodhojnë substanca ose jashtëqitje trupore të dëmshme. Lëngu i elbit të zier është freskues dhe ushqyes, është qetësues dhe laksativ për zorrët. Ai shërben për forcimin e trupit në përgjithësi, sidomos kur gatuhet me *silkh*.

Zejd ibn Eslemi tregon, se njëherë, Omer ibn Hatabi e vuri një të sëmurë në një dietë aq të rreptë, saqë për të ngrënë ai thjesht thithte një bërthamë hurme.

Në përfundim, pehrizi në stadin fillestar të sëmundjes, por edhe kur ajo ka përparuar, është masa më e mirë parandaluese, pas ai pengon përhapjen dhe shtimin e saj.

Duhet të dimë se, kur të sëmurët apo ata që janë në periudhën e shërimit, madje edhe jo të sëmurët, duan të shijojnë ndonjë ushqim a pije të caktuar, kjo gjë nuk i dëmton, nëse e konsumojnë atë në sasi të vogël. Në fakt, ushqimi mund ta ndihmojë dhe ta përmirësojë shëndetin, - pasi stomaku e pranon dhe e tret lehtësisht atë - shumë më tepër sesa marrja e një ilaçi që i sëmuri e urren. Kjo është arsyeja pse Pejgamberi (s.a.u.s.) e lejoi Suhejbin të hante pak hurma, ndonëse ai vuante nga infeksioni në sy, pasi flitej vetëm për një sasi të vogël, e cila nuk do ta dëmtonte.

Sipas një transmetimi të ngjashëm, Aliu (r.a.), njëherë, kur ishte për vizitë te Pejgamberi (s.a.u.s.), ai e pyeti: "A të hahen hurma?" Aliu (r.a.), i cili vuante nga infeksioni në sy, u përgjigj: "Po." Atëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) i hodhi një hurmë Aliut (r.a.), pastaj një tjetër, pastaj të tretën, e kështu me radhë, derisa Aliu (r.a.) hëngri shtatë hurma. Pastaj, Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha: "Ali, mjaft me kaq!"

Ibn Maxhe shënon se Pejgamberi, kur po i bënte vizitë një të sëmuri, e pyeti: "Çfarë ke dëshirë të hash?" I sëmuri iu përgjigj: "Bukë gruri." Atëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) u tha sahabëve: "Nëse ka ndonjëri bukë gruri në shtëpi, le t'i sjellë pak vëllait!" Pastaj shtoi: "Nëse i sëmuri ka dëshirë të hajë diçka, jepini pak nga ajo gjë!"[1]

Hadithi i fundit përmban një sekret: kur i sëmuri ha diçka që e dëshiron, atëherë kur ka uri, ajo do të jetë më pak e dëmshme për të sesa diçka të cilën ai nuk e dëshiron. Nëse ajo gjë që ai e ha me dëshirë nuk është e mirë për gjendjen e tij, atëherë fakti që ai e ha me dëshirë e parandalon të keqen e atij ushqimi. Edhe anasjelltas: ngrënia e diçkaje që ai nuk e pëlqen e dëmton të sëmurin, ndonëse substanca në vetvete mund të jetë shumë e mirë. Në përgjithësi, ai ushqim që është i shijshëm dhe që njeriu e pëlqen pranohet nga trupi dhe tretet plotësisht prej tij, sidomos kur uria për të është mjaft e madhe.

Trajtimi i infeksionit në sy nëpërmjet një regjimi qetësie të plotë dhe një diete të kontrolluar

Më lart përmendëm se Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk e lejoi Suhejbin të hante hurma kur ky i fundit ishte i sëmurë nga konjuktivitisi, ashtu siç bëri edhe me Aliun (r.a.), i cili ishte në të njëjtën gjendje. Po lidhur me këtë çështje, Ebu Naimi, në librin e vet me titull *Mjekësia e Pejgamberit*, shënon se Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk i afrohej

---

[1] Ibn Maxhe, me numër 1439, prej Ibn Abasit. Por në *sened*-in e këtij hadithi merr pjesë edhe Safuan ibn Hubejra, i cili është konsideruar si "neglizhent në transmetimin e haditheve", sikurse konfirmohet një gjë të tillë në librin *El Takrib*.

asnjërës prej grave të veta nëse ato ishin të sëmura me konjuktivitis, dhe kjo zgjaste derisa ato të shëroheshin plotësisht. Konjuktivitisi është një pezmatim që prek konjuktivin, që është pjesa e bardhë e syrit. Sëmundja shkaktohet nga një prej katër gjendjeve (nxehtësia, ftohtësia, thatësia dhe lagështia), ose nga grumbullimi i gazrave në kokë dhe në trup, të cilat më pas arrijnë në sy dhe shkaktojnë konjuktivitisin. Kur syri merr një goditje, gjaku dhe shpirti nxitojnë menjëherë në ndihmë të syrit të prekur, i cili më pas ënjtet.

Ne duhet të dimë se ka dy lloje avujsh që ngjiten në ajër: njëri lloj është i nxehtë dhe i thatë, ndërsa tjetri është i nxehtë dhe i lagësht. Këta avuj formojnë retë, të cilat zënë qiellin për sytë tanë. Në të njëjtën mënyrë, avujt dhe substancat e gazta ngrihen nga stomaku e shkojnë në pjesët e sipërme të trupit, duke shkaktuar shumë sëmundje, siç është edhe konjuktivitisi. Nëse trupi ka rezistencë të fortë, ai i shtyn substancat e gazta drejt hundës, duke shkaktuar një bllokim, që zakonisht shoqëron të ftohtët. Kur ato shtyhen drejt njerithit dhe fejzave të hundës, shkaktojnë angjinën ose mahisjen e fytit. Kur shtyhen drejt ijëve, avujt shkaktojnë plevit, ndërsa po të arrijnë në kraharor, shkaktojnë pneumoni. Më tej, nëse ata prekin zemrën, sjellin rrahje të shpeshta, e po të arrijnë në sy, shkaktojnë konjuktivitis. Jo vetëm kaq, por kur ata depërtojnë në zorrë, sjellin diarre, ndërsa po të arrijnë në tru, shkaktojnë harresë. Nëse truri tejmbushet me avuj të tillë, ata mund të sjellin gjumë të thellë e të rëndë. Kjo është arsyeja pse gjumi është i lagësht, kurse gjendja zgjuar është e thatë.

Kur gazrat e këqija tentojnë të dalin prej trupit duke kaluar nëpërmjet kokës, ato sjellin dhembje koke dhe pagjumësi. Nëse prekin njërën anë të trurit, shkaktojnë migrenë, e nëse prekin ndarësen cerebrale dhe gjendjen e saj të ftohtësisë, nxehtësisë apo lagështisë, ato provokojnë teshtima. Nëse avujt nxisin grumbullimin e lëngut flegmatik në ndarësen cerebrale, duke dobësuar kështu natyrën e saj të thatë, ata shkaktojnë humbje të vetëdijes dhe alivani.

Nëse gazrat ngacmojnë vrerin e zi, ato shkaktojnë mani, e nëse arrijnë nervat, shkaktojnë epilepsi. Kur nervat cerebralë takojnë këto gazra, atëherë i sëmuri pëson paralizë faciale. Nëse këto gazra janë shkaktuar nga vreri i verdhë i pezmatuar, që nxeh trurin, ato shkaktojnë tumore cerebrale, dhe kur kraharori preket nga ndonjë pjesë e këtyre gazrave, atëherë kjo sjell sëmundjen e plevitit.

Shkurtimisht, konjuktivitisi e acaron gjendjen e kokës dhe të trupit, dhe kryerja e marrëdhënieve seksuale e rëndon më tepër gjendjen. Marrëdhëniet intime përfshijnë në lëvizje të tërë trupin, zemrën dhe shpirtin. Për sa i përket trupit, ai nxehet, për shkak të lëvizjeve të shpeshta gjatë aktit, ndërsa zemra kërkon të përmbushë epshet dhe dëshirat e saj. Shpirti ndjek trupin dhe zemrën, pasi organi i parë i lidhur me shpirtin është zemra, e cila më pas ndikon në të gjithë pjesën tjetër të trupit. Në fund, trupi dërgon spermën, e cila nevojitet për ta çuar aktin seksual në mbyllje.

Kështu, akti seksual përfshin në lëvizje të gjithë trupin, zemrën dhe shpirtin, dhe çdo lëvizje ngacmon ose nxit gjendje të ndryshme dhe i shtyn ato të shkojnë drejt pjesëve më të dobëta të trupit, siç është syri, kur vuan nga konjukivitisi.

Megjithatë, duhet të themi se trupi edhe përfiton prej konjuktivitisit, sepse ai e ndihmon që të nxjerrë jashtë substancat e dëmshme, duke pastruar gjithashtu trupin dhe kokën nga elementet septike. Përveç këtyre, kjo sëmundje e detyron pacientin të mbajë pehriz, të largohet nga shikimi në harame, të shmangë hidhërimin, brengat, lëvizjet e tepërta dhe punën e rëndë. Një nga të parët tanë të mirë ka thënë: "Mos e urreni konjuktivitisin, sepse ai të mbron nga verbimi."

Ky lloj infeksioni ka nevojë për qetësi dhe, po ashtu, duhet që syri të mos fërkohet, në mënyrë që të parandalohet grumbullimi i substancave më të dëmshme tek ai. Një nga selefët ka thënë: "Qasja ndaj shokëve të Profetit (s.a.u.s.) është si qasja ndaj syrit: ai kurohet duke mos e prekur atë."

Një hadith, për autenticitetin e të cilit ne nuk jemi të sigurt, thotë se konjuktivitisin e lehtëson spërkatja e syrit me ujë të ftohtë. Kjo mënyrë është, në fakt, e përshtatshme për konjuktivitisin e nxehtë, pasi uji është i ftohtë e, rrjedhimisht, ai ul temperaturën që shoqëron këtë lloj sëmundjeje. Kjo shpjegon pse Abdullah ibn Mesudi i tha gruas së vet, kur kjo e fundit u ankua nga konjuktivitisi: "Po të kishe vepruar ashtu siç ka bërë Pejgamberi (s.a.u.s.) zakonisht, do të ishte më mirë për ty dhe do të shëroheshe më shpejt. Laji sytë me ujë të ftohtë, dhe pastaj lutu: '*O Zoti im! Ti je Zot i njerëzve! M'i hiq telashet e mia! O Zoti im, më shëro! Ti je Shëruesi i vetëm! Nuk ka shërim tjetër veç shërimit që vjen prej Teje! Kur Ti shëron, sëmundja nuk kthehet më*!'"[1]

Ne kemi thënë më parë se këto receta janë të përshtatshme për disa zona të caktuara dhe disa sëmundje që prekin syrin. Mos i merrni si gjithëpërfshirëse ato pohime të Profetit (s.a.u.s.) që janë specifike, dhe anasjelltas. Përndryshe, është e sigurt që do të bini në gabime.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për trajtimin e narkolepsisë

Ebu Ubejde, në përmbledhjen e vet me hadithe *garib*, shënon këtë rrëfim të Ebu Othman El Nahdit: "Njëherë, një grup njerëzish u mblodhën nën një pemë dhe aty filluan të hanin frutat e saj. Befas, menjëherë u paralizuan, sikur një erë e akullt të kishte fryrë dhe të kishte ngrirë gjymtyrët e tyre. Pejgamberi (s.a.u.s.) porositi: "Ftohni pak ujë nëpër shakuj dhe hidhjani atyre ndërmjet dy ezaneve të sabahut."

Pejgamberi (s.a.u.s.) i këshilloi njerëzit që ta ftohnin ujin nëpër shakuj, sepse ato e ftohin ujin më shumë sesa enët e baltës. Ai, gjithashtu, e ka quajtur ikametin si ezan në këtë hadith.

Disa mjekë thonë që kjo mënyrë trajtimi është më e mirë kundra narkolepsisë, nëse ajo ndodh në krahinën e Hixhazit, i cili është një

---

[1] Ebu Daudi, 3883, dhe Ibn Maxhe, 3530, me transmetues të besueshëm.

vend i nxehtë dhe i thatë. Banorët e asaj krahine kanë një nxehtësi instiktive të dobët.

Hedhja e ujit të ftohtë mbi njerëzit e kapur nga narkolepsia gjatë kohës së përshkruar më lart, e cila është periudha më e ftohtë e natës, do të bëjë që nxehtësia instiktive, e shpërndarë në të gjithë trupin, të gjallërohet dhe të mblidhet në ato pjesë të brendshme të trupit ku ka zënë vend e liga. Pas kësaj, fuqitë trupore do të përqendrohen në dëbimin dhe rezistencën ndaj sëmundjes.

Nëse do të ishin Hipokrati dhe Galeni ata që do ta kishin dhënë këtë recetë, mjekët do të ishin shtangur nga efekti i saj!

Ushqimi i infektuar nga insektet

Në dy *Sahih*-ët shënohet se Ebu Hurejra ka treguar që Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Nëse në pijen tuaj bie një mizë, së pari zhyteni në të, pastaj hiqeni, sepse njëri nga krahët e saj bart sëmundjen, ndërsa krahu tjetër ilaçin e sëmundjes."

Edhe në *Sunen*-in e Ibn Maxhes gjendet një hadith i ngjashëm, sipas të cilit Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Njëri nga krahët e mizës bart helmin, kurse tjetri bart ilaçin. Kështu, nëse ajo ju bie në ushqim, zhyteni njëherë, për hir të Allahut, se vërtet Ai bën helmin së pari, pastaj bën ilaçin."

Ky hadith ka dy vlera të rëndësishme: njëra në fushën e *fikh*-ut, ndërsa tjetra në fushën e mjekësisë. Sa i përket të parit, hadithi pohon se kur miza bie në një lëng, ajo nuk e bën lëngun të papastër. Të gjithë dijetarët e hershëm janë pajtuar me këtë qëndrim.

Pejgamberi (s.a.u.s.) ka këshilluar që kandrra të zhytet në ushqim para se të nxirret prej andej, me qëllim që ajo të ngordhë, sidomos kur ushqimi është i nxehtë. Nëse miza e ngordhur do ta bënte ushqimin të papastër, Pejgamberi (s.a.u.s.) do na urdhëronte që ta flaknim ushqimin. Në të kundërt, ai (s.a.u.s.) deshi që ushqimi të ruhej.

Ky gjykim përfshin gjithashtu bletët, grerëzat, merimangat dhe tërë kandrrat e ngjashme, pasi rregulli që rrjedh nga urdhri i Profetit (s.a.u.s.) është gjithëpërfshirës. Duke qenë se arsyeja që kafshët e ngordhura quhen 'të papastra' është se gjaku i tyre mbetet në trup kur ngordhin, atëherë këto insekte, të cilat nuk kanë gjak, janë të pastra. I pari që tha: "...ato që nuk kanë *shpirt* (duke nënkuptuar gjakun)" ishte Ibrahim El Nahi, e më pas edhe dijetarët e tjerë.

Ata që mendojnë se eshtrat e kafshëve të ngordhura janë të pastra, e përforcojnë edhe më shumë mendimin që këto insekte të mos gjykohen si të papastra. Ata arsyetojnë duke thënë: Kafshët e ngordhura kanë gjak dhe lagështi, të cilat mund të gjenden edhe në kockat e tyre. Kësisoj, nëse i konsiderojmë kockat e tyre si të pastra, atëherë insektet, të cilat nuk kanë të tilla substanca, pra, gjak të rrjedhshëm dhe lagështi, është më parësore që të konsiderohen të pastra.

Sa i përket vlerës mjekësore të hadithit, Ebu Ubejdi thotë se zhytja e mizës para se të nxirret nga lëngu bëhet që, në këtë mënyrë, të nxirret ilaçi (nga krahu tjetër), ashtu siç doli toksina nga krahu i parë që ra në lëng.

Mizat e shtëpisë bartin lëndë helmuese, siç e tregon këtë efekti i pickimit të tyre, me puçrra ose infeksione, dhe ky helm është arma mbrojtëse e mizave. Kur miza bie në një vend që e lëndon atë, ajo përpiqet të vetëmbrohet me "armën" e saj. E kështu, Pejgamberi (s.a.u.s.) na urdhëroi që ta neutralizojmë lëndën helmuese të prodhuar nga miza me ilaçin që Allahu e ka vënë në krahun tjetër të saj. Për këtë, miza duhet të zhytet e tëra në ushqim ose lëng, në mënyrë që ilaçi të asnjanësojë efektin e helmit.

Kjo është një këshillë që edhe kokat e mjekësisë nuk do të mund ta zbulonin kurrë vetë, pasi ajo vjen prej diturisë profetike. Doktorët e mençur dhe me logjikë të shëndoshë i binden kësaj recete profetike dhe e pranojnë që njeriu i cili e solli atë ishte krijesa më e

përsosur, i mbështetur nga Shpallja hyjnore, e cila është përtej mundësive njerëzore.

Disa doktorë deklarojnë se po ta lyesh vendin e thumbuar nga grerëza apo akrepi me një mizë, ajo t'i qetëson dhembjet, për shkak të ilaçit që ajo bart në krahun e saj. Nëse e këput kokën e mizës dhe me trupin e saj fërkon lythin që del në qepallat e syve, ai do të shërohet, në dashtë Allahu.

Trajtimi i puçrrave

Ibn El Sunni shënon, se njëherë, kur Pejgamberi (s.a.u.s.) ishte me njërën nga gratë e veta, pa se asaj i kishte dalë një puçërr në gisht. Kështu, ai e pyeti: "A të gjendet kelkazë[1]?" - "Po" - tha ajo. Pastaj Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha: "Vër kelkazë në gishtin tënd dhe lutu: *O Allah! Ti ke fuqi ta zvogëlosh atë që është e madhe dhe ta zmadhosh atë që është e vogël! Zvogëloje atë që më ka dalë në gisht*!"

Kelkaza është një ilaç indian, që përgatitet nga kallami i kelkazës, i cili është i nxehtë dhe i thatë. Ai ndihmon kundra sëmundjeve të barkut dhe të mëlçisë, kundër edemës, e madje forcon zemrën, për shkak të aromës së vet të mirë.

Në *Sahih* është shënuar se Aishja (r.a.) ka thënë: "Unë e kam parfumosur të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.) me duart e mia, duke përdorur kelkazë, gjatë Haxhit të Lamtumirës: një herë para veshjes së *ihram*-it dhe herën tjetër pas veshjes së tij."[2]

Puçrra është një zhvillim që vjen si pasojë e substancave të nxehta, septike dhe të dhembshme që shtyhen drejt lëkurës, më qëllim që të dalin jashtë. Puçrrat duhet të piqen, të hapen dhe pastaj të pastrohen, e për këtë ndihmon kelkaza, duke lëshuar edhe një aromë të mirë.

---

[1] Kelkazat (arab. *dharirah*) janë bimë që përbëjnë familjen *Aracea* (shën. i përkth.).
[2] Buhariu, 10, 313; Muslimi, me numër 1189.

Kelkaza, gjithashtu, zbut nxehtësinë e lungave. Ja përse Ibn Sina ka thënë: "Nuk ka asgjë më të mirë për djegiet nga zjarri sesa kelkaza, kur ajo përzihet me esencë trëndafili dhe me uthull."

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për trajtimin e lungave me operacion

Ebu Hurejre (r.a.) rrëfen se, njëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) urdhëroi një mjek që t'ia hapte (për pastrim) një të sëmuri bullungën që ai kishte në bark. Aty e pyetën: "A bën punë mjekësia, o i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.)?" Ai tha: "Ai që ka zbritur sëmundjen, ka zbritur edhe atë ilaç që ka dashur."

Tumoret ose lungat, të cilat shoqërojnë thuajse të gjitha sëmundjet, janë kokrra që shfaqen në organ, si pasojë e grumbullimit të materialeve septike, të huaja, të përbëra nga katër gjendjet: nxehtësia, ftohtësia, thatësia dhe lagështia, plus edhe ujin me erën. Kur tumori ënjtet me materiale septike, ai quhet abces. Çdo lungë e nxehtë përfundon ose duke u shpërbërë, ose duke u qelbëzuar, ose duke u forcuar. Nëse trupi është i shëndetshëm dhe i fortë, e shpërbën dhe e largon lungën, dhe kjo është mënyra më e mirë e shërimit të saj. Kur trupi nuk është shumë i fortë, lunga mbushet plot me qelb, e pastaj hapet një vrimë, nga ku rrjedh e del ky qelb. Por, nëse trupi është i dobët, lunga mbushet me qelb të papjekur dhe trupi nuk është në gjendje ta nxjerrë jashtë. Në këtë rast, kërkohet ndihma e mjekut, për ta hequr lungën me çarje ose operacion.
Çarja ose shpimi i lungës shërben për dy qëllime:

1. pastrimin e substancës së prishur dhe
2. parandalimin e grumbullimit të mëtejshëm të infeksionit në lungë.

Në hadith thuhet se Pejgamberi (s.a.u.s.) urdhëroi një mjek që të hiqte me operim një lungë në barkun e një të sëmuri, lungë e cila ishte e mbushur me qelb. Disa mjekë janë tepër të kujdesshëm në këtë ndërmarrje, sepse e mendojnë si tepër të rrezikshme. Të tjerë thonë se nuk ka trajtim tjetër për lungat, përveç çarjes së tyre.

Siç e kemi thënë më lart, ka tri lloje bullungash apo ënjtjesh në trup:
1. Tamburet, të cilat e bëjnë barkun të fryhet si daulle nga gazrat, që, po ta godasësh, ai do të lëshojë një tingull të ngjashëm me atë të daulles.
2. Xhungat mishtore, të cilat ënjtin mishin dhe shoqërohen me jargë, të cilat përhapen më pas në tërë trupin nëpërmjet gjakut. Ky lloj është më i keq se ai i pari.
3. Fryrjet që krijohen nga grumbullimi i toksinave në fund të barkut. Në këtë rast, kur i sëmuri lëviz, barku i tij bën një zhurmë sikur të jetë kacek me ujë.

Shumica e doktorëve e konsiderojnë këtë të fundit si llojin më të keq, ndërsa të tjerë thonë që më të këqijat janë lungat mishtore.
Lloji i tretë i bullungave kurohet duke hequr ujin e mbledhur në to nëpërmjet çarjes ose shpimit të tyre, njëlloj sikur hiqet nga trupi gjaku i keq nëpërmjet shpimit të damarëve. Sidoqoftë, kjo mënyrë mbetet e rrezikshme, megjithëse hadithi, po të jetë autentik, e lejon atë. Allahu e di më mirë.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për ngjalljen e optimizmit tek të sëmurët

Ibn Maxhe shënon se Ebu Seid El Hudriu (r.a.) ka treguar se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Kur vizitoni një të sëmurë, thojini atij fjalë të ngrohta! Edhe pse, në fakt, nuk ndalojnë ndonjë të keqe, ato ngrohin zemrën e të sëmurit."

Ky hadith përmban një nga këshillat më të urta mjekësore, që synon lehtësimin e brengës së të sëmurit, gjë e cila ndikon në përtëritjen e shpresave dhe të forcave të tij. Në këtë mënyrë, energjia e brendshme rritet dhe ndihmon trupin në luftën kundra sëmundjes, dhe ky është mjekimi më i mirë i mundshëm.

Çlirimi i të sëmurit nga ankthi dhe lehtësimi i zemrës nga brengat, çuditërisht, kanë një ndikim mjaft të mirë në kurimin e trupit dhe në zvogëlimin e pasojave të sëmundjes. Ato forcojnë zemrën dhe

shpirtin e njeriut, duke e ndihmuar kështu trupin të mposhtë ligështinë.

Njerëzit kanë dëshmuar që i sëmuri ndihet më i gjallë dhe i përtërirë kur ndodhet në shoqërinë e atyre që ai i do dhe i respekton. Ky është vetëm njëri nga katër përfitimet që vijnë nga vizita e të sëmurit: në radhë të parë për vetë të sëmurin, pastaj për vizitorin, për familjen e të sëmurit dhe, së katërti, për të gjithë shoqërinë.

Thamë më lart se Pejgamberi (s.a.u.s.) i pyeste të sëmurët se si ndiheshin dhe çfarë shqetësimesh kishin. Ai i pyeste gjithashtu se çfarë ua kishte ënda të hanin a të pinin, ua vinte dorën e tij mbi ballë dhe ndonjëherë mbi gjoks, e ashtu i lutej Allahut që t'u jepte atyre gjithçka që u bënte dobi. Ndonjëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) merrte abdes dhe, me ujin e përdorur, lagte fytyrën ose trupin e të sëmurit. Ndonjëherë, shtonte: "Gjithçka shkon mirë. Ky është pastrim nga gjynahet, me leje të Allahut!" Kjo, në fakt, është mënyra më e ëmbël e sjelljes ndaj të sëmurëve kur i vizitojmë ata.

Udhëzimi për trajtimin e të sëmurit me ato ilaçe dhe ushqime që ai është mësuar

Kjo është një shtyllë tjetër kryesore dhe elementi më dobiprurës në fushën e mjekësisë. Nëse doktori gabon në dhënien e recetës, atëherë i sëmuri do të bëhet më keq, ndërkohë që doktori pandeh se po përmirësohet.

Vetëm doktorët më injorantë nuk e njohin rëndësinë e përdorimit të llojit më të favorshëm të ushqimit ose të ilaçit, që duhet të jenë gjithashtu më të përshtatshmit për një person të caktuar. Të marrim, për shembull, beduinët: lëngu i lëkoit apo shurupi i trëndafilit nuk japin asnjë efekt në trupin e tyre. Tek ata nuk ndikon asnjë ilaç tjetër që përdoret gjerësisht nga banorët e fshatrave dhe qyteteve. Kjo është e vërtetuar nga përvoja dhe vëzhgimet.

Çdokush që lexon këtë libër do të kuptojë që mjekësia dhe këshillat profetike janë në harmoni me gjendjen e të sëmurit dhe me ato që ai është i mësuar. Ky është një nga parimet kryesore të mjekësisë, siç deklarojnë doktorët më të mirë. Për shembull, mjeku i famshëm arab Harith ibn Kaladahu ka thënë: "Dieta është ilaçi më i mirë"; "Stomaku është vendi i çdo sëmundjeje"; "Jepini gjithsecilit atë gjë me të cilën është mësuar." Po ashtu, ai ka thënë se: "*Azm*-i është ilaç", duke nënkuptuar urinë.

Në fakt, dieta është kura më e mirë për sëmundjet pletorike (kur ka tepri gjaku në trup dhe, si pasojë, njeriu ka pamje të skuqur), veç nëse është droja se mos gjendja rëndohet me grumbullime septike dhe e përkeqëson sëmundjen.

Harithi thotë: "Stomaku është vendi i çdo sëmundjeje". Ai është një organ në formë thesi, që i ngjan një kungulli. Ai ndërtohet nga tri shtresa, që përbëhen nga elemente delikate dhe nervorë, të quajtur fibra. Fibrat e shtresës së parë qëndrojnë vertikalisht, ato të shtresës së dytë rrinë horizontalisht, ndërsa të shtresës së tretë zgjatohen diagonalisht. Në krye të stomakut ka më tepër fije nervore, në fund të tij ai është i veshur më tepër me mish, ndërsa nga brenda ai është i veshur me push. Stomaku është i vendosur në mes të barkut, paksa nga e djathta. Ai është krijuar i tillë nga vetë Krijuesi, me urtësinë e Tij absolute.

Stomaku është vendi i çdo sëmundjeje, sepse ai është qendra e procesit të tretjes dhe përpunimit të të gjithë ushqimit dhe pijes. Pas tij, ushqimi i tretur kalon në mëlçi, dhe më tej në zorrë. Ndërkohë, në stomak mbetet një tepri me substanca të patretura, qoftë për shkak se sasia e ushqimit ka qenë tej normales, qoftë sepse ai ka qenë i prishur, i pakonsumuar ashtu si duhet, apo qoftë për të gjitha këto arsye bashkë. Këto mbeturina qëndrojnë në stomak, pasi trupi nuk është në gjendje t'i nxjerrë jashtë të tëra, dhe kjo është arsyeja përse stomaku është quajtur "shtëpia e çdo sëmundjeje". Kështu, Ibn Kaladahu ka dashur të tregojë rëndësinë e ngrënies së ushqimit me masë dhe të frenimit të nefsit nga kërkesat e tij.

Për sa u përket gjërave me të cilat njeriu është mësuar, ato janë pjesë e natyrës e tij. Shprehitë kanë një ndikim aq të madh tek individi dhe në trupin e tij, saqë po të kryejmë të njëjtin eksperiment te disa njerëz që kanë tipare e cilësi të njëjta, përsëri do të dalin rezultate të ndryshme. Për shembull, le të marrim tre të rinj me temperament të nxehtë, por njëri është mësuar të hajë ushqime të nxehta, i dyti me ushqime të ftohta, ndërsa i treti me ushqime mesatare. Nëse personi i parë ha mjaltë, ai nuk e dëmton trupin e tij, ndryshe nga i dyti, i cili do të dëmtohet, ndërsa i treti do të ketë pasoja të lehta.

Kësisoj, shprehitë janë elementi kyç ku mbështeten mënyrat e ruajtjes së shëndetit dhe ato të kurimit të sëmundjeve. Ja përse Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë që çdo njeri duhet të trajtohet në bazë të atyre gjërave, ushqime apo ilaçe qofshin, me të cilat ai është mësuar.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për trajtimin e të sëmurit me ushqimin më të thjeshtë

Në dy *Sahih*-ët shënohet rrëfimi i Aishes (r.a.), se atëherë, kur u vdiste ndonjë i afërm, gratë mblidheshin së pari, dhe pastaj largoheshin sërish, përveç rrethit të ngushtë familjar dhe miqësor. Pas kësaj, Aishja (r.a.) porosiste *talbin*-ë. Kur përgatitej edhe *therid*-i (gjellë me bukë e mish), Aishja (r.a.) hidhte sipër tij *talbin*-ën. Më pas, ajo u kërkonte njerëzve të hanin nga ajo gjellë, duke u treguar se e kishte dëgjuar të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.) të thoshte: "*Talbin*-a e ngushëllon zemrën e të sëmurit dhe i largon disi brengat."[1]

Talbin-a është një supë e lehtë, që i ngjan qumështit në përbërje. Ky është ushqim mjaft i mirë për të sëmurët, sidomos kur është i gatuar mirë dhe bëhet i njëtrajtshëm. *Talbin*-a, për nga vlerat e saj, është njëlloj si supa me elb, në mos më e mirë. Ndryshimi është se *talbin*-a bëhet me miell elbi dhe krundet e tij, kurse supa e elbit gatuhet me kokrra elbi.

---

[1] Buhariu, 9, 479; Muslimi, me numër 2216.

Ne thamë më lart se vëzhgimi i shprehive apo i zakoneve të të sëmurit ndihmon në përcaktimin e një diete dhe kure të dobishme për të. Kështu, medinasit ishin mësuar të hanin *talbin*-ë dhe jo supë elbi, prandaj ajo ishte për ta më ushqyese dhe më e dobishme. Megjithatë, doktorët këshillojnë që në qytete të hahet supa me kokrra elbi, sepse ajo është më e lehtë për t'u tretur nga stomaku i të sëmurit. Njerëzit që jetojnë në qytete janë mësuar me jetë komode dhe pa vështirësi, e kjo është arsyeja që *talbin*-a është e rëndë për stomakun e tyre.

Supa me kokrra elbi tretet shpejt, ka vlera ushqimore të mira dhe pastron stomakun, sidomos kur hahet e nxehtë. Në këtë gjendje, vetitë e saj pastruese dhe tretëse janë më të forta, madje ajo rrit më shpejt nxehtësinë instiktive të trupit dhe zbut shtresat e jashtme të stomakut.

Thënia e Profetit (s.a.u.s.) se *talbin*-a largon disi brengat, i referohet efektit të pikëllimit në temperament dhe në dobësimin e shëndetit të natyrshëm, gjë që më tej ndikon në shpirt dhe në zemër. *Talbin*-a forcon energjinë e brendshme, e kështu trupi bëhet i aftë ta largojë vetë hidhërimin dhe dhembjen që e ka pushtuar.

Ne mund të themi se disa lloje ushqimesh i sjellin çlirim zemrës, ashtu si gjella e lartpërmendur, për shkak se ato bartin një veti të veçantë, e cila ndikon në temperamentin e njerëzve dhe u jep atyre çlirim e qetësi. Allahu e di më mirë.
Mund të themi, gjithashtu, se fuqia e të sëmurit dobësohet për shkak të brengës dhe pikëllimit të tij, të cilat pasojnë me thatësi në trup dhe stomak, si rezultat i mungesës së ushqimit. *Talbin*-a e njom dhe e forcon stomakun e, rrjedhimisht, ajo sjell qetësi në zemër.

Përveç kësaj, i sëmuri mund të ankohet prej grumbullimit të jargëve dhe të gazrave në stomak, ndërsa *talbin*-a ndihmon në hollimin dhe largimin e tyre. Rrjedhimisht, kështu largohet edhe dhembja që ato shkaktojnë, sidomos tek ata që janë mësuar me

bukë elbi, si, për shembull, banorët e Medinës. Asokohe, buka e elbit ishte ushqimi i tyre bazë, pasi gruri ishte gjë e rrallë.

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) për helmimin nga ushqimi

Abdurrezaku përcjell prej Mamerit, ky prej Zuhriut dhe ky prej Abdurrahman ibn Kab ibn Malikut, i cili tregon se, njëherë, një çifute nga Hajberi i solli Profetit (s.a.u.s.) një dele të pjekur, të cilën ajo e kishte helmuar më parë. Ai i tha: "Ç'është kjo?" Ajo u druajt të thoshte 'sadaka', sepse ashtu Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk do të hante prej saj, prandaj tha: "Është dhuratë". Atëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) hëngri prej saj, e bashkë me të hëngrën edhe sahabët. Por, menjëherë pasi hëngri pak mish, ai tha: "Mjaft, mos hani më!" Pastaj i tha çifutes: "A e ke helmuar këtë dele?" - "Kush të kallëzoi?" - pyeti ajo. "Kjo kockë" - tha ai, duke nënkuptuar shpatullën e deles që mbante në dorë. - "Po" - pranoi ajo. Ai i tha: "Po përse e bëre?" - "Mendova që, nëse je gënjeshtar, kështu njerëzit do të shpëtonin prej teje, por nëse je pejgamber i vërtetë, atëherë nuk do të të bënte asnjë dëm." Pas kësaj, Pejgamberi (s.a.u.s.) bëri tri herë *hixhame* në shpinë dhe urdhëroi sahabët që të vepronin në të njëjtën mënyrë, por pavarësisht nga kjo, disa prej tyre vdiqën.

Sipas një rrëfimi tjetër nga Musa ibn Ukbe: "I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) bëri *hixhame*-n në shpinë, mes dy shpatullave, sepse hëngri mishin e deles së helmuar. Ebu Hindi, një shërbëtor i Benu Bejadhas, përdori një thikë të mprehtë për t'ia bërë kupat. Tre vjet më pas, kur Pejgamberi (s.a.u.s.) po vuante nga sëmundja prej së cilës ai vdiq, tha: "Ende i ndiej pasojat e deles së helmuar që hëngra në Hajber; edhe tani kur po vjen koha që të pritet damari i qafës (d.m.th. kur vdekja ishte pranë)." Kështu, Pejgamberi (s.a.u.s.) vdiq si shehid."

Helmimet trajtohen duke nxjerrë jashtë helmin ose duke përdorur antidotin e duhur për të neutralizuar efektin e tij. Kushdo që nuk ka mundësi të trajtohet nga mjeku ose me antidot, duhet që menjëherë të nxjerrë substancat e këqija nga trupi, dhe mënyra më

e mirë për këtë është me kupa, sidomos për viset e ngrohta apo gjatë kohës kur bën mot i nxehtë.

Nëpërmjet gjakut dhe enëve të tij, helmi shkon në zemër, dhe pastaj në pjesët e tjera të trupit, duke sjellë vdekjen e sigurt. Përderisa gjaku është bartësi i helmit deri te zemra dhe te pjesët e tjera të trupit, atëherë nëse gjaku i infektuar nxirret jashtë nëpërmjet kupave, trupi pastrohet nga helmi. Nëse i prekuri e bën menjëherë pastrimin, helmi nuk shkakton dëmtime të mëtejshme, ndërsa trupi merr fuqinë e mjaftueshme për ta luftuar atë. Rrjedhimisht, ai e dobëson ose e mposht krejtësisht helmin.

Pejgamberi (s.a.u.s.) i bëri kupat në pjesën e sipërme të shpinës, vendi që ndodhet më afër zemrës, në mënyrë që të ndalte rrugën e helmit drejt zemrës, gjë që ndodhi vetëm pjesërisht. Një pjesë e helmit mbeti ende në trupin e tij (s.a.u.s.), që kështu të përmbushej caktimi i Allahut për të. Në këtë mënyrë, ai arriti të përfitonte çdo lloj mirësie e shpërblimi të Allahut që mund të ekzistonte.

Kur Allahu vendosi të vinte koha që i Dërguari i Tij (s.a.u.s.) të vdiste si shehid (dëshmor), u rishfaq efekti i helmit, kështu që caktimi i Allahut u përmbush. Kësisoj, bëhet i kuptueshëm edhe ajeti kuranor, ku Allahu thotë: "Ne i dhamë Musait Librin (Teuratin), dhe pas tij dërguam shumë profetë. Isait, birit të Merjemes, i dhamë mrekulli të qarta dhe e fuqizuam me Shpirtin e Shenjtë (Xhibrilin). Sa herë që ndonjë profet ju sillte diçka që juve nuk ju pëlqente, ju tregoheshit kryeneçë; ju i *mohuat* disa e *vrisni* disa të tjerë." Në fund të ajetit, folja *mohuat* është në të shkuarën, kurse *vrisni* në kohën e tashme, pasi kështu ajo përfshin edhe vrasjen e Pejgamberit (s.a.u.s.). Megjithatë, Allahu e di më së miri.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për trajtimin e magjisë

Disa njerëz e kanë mohuar mundësinë që Pejgamberi (s.a.u.s.) të prekej nga magjia, duke menduar gabimisht se të prekurit nga magjia është mangësi dhe turp. Në fakt, prekja e Profetit (s.a.u.s.) nga magjia dëshmon për natyrën njerëzore të tij, pasi ajo është një

lloj sëmundjeje. Fakti që ai u prek nga magjia duhet trajtuar njëlloj si helmimi me mishin e deles.

Në dy *Sahih*-ët ndodhet hadithi i Aishes, e cila ka thënë: "Pejgamberi (s.a.u.s.) iu bë magji e tillë, aq sa i dukej sikur shkonte te gratë e tij, por, në fakt, ai nuk shkonte tek ato." Kjo është magjia më e fortë që mund të ndodhë.[1]

Kadi Ijadi thotë: "Magjia është një lloj sëmundjeje, e cila mund ta prekë njeriun. Si e tillë, ajo mund të prekte edhe Profetin (s.a.u.s.), por pa e cenuar aspak statusin e tij si Profet i Zotit. Për sa i përket faktit që atij i dukej se vepronte diçka, që, në të vërtetë, nuk e vepronte, ky nuk mund të jetë argument që do cenonte vërtetësinë e tij si Profet dhe paprekshmërinë e Mesazhit të tij, sepse Allahu i Lartësuar e kishte ruajtur atë, ashtu si çdo profet tjetër, nga të tilla cenime. Magjia e preku atë thjesht dhe vetëm në çështjet e dynjasë, të cilat nuk kishin lidhje me misionin e tij si pejgamber i Zotit të gjithësisë. Pra, si njeri dhe në çështjet e dynjasë, nuk ishte çudi që edhe ai të prekej nga të tilla ndikime, që, më pas, Allahu i Lartësuar ia largoi, duke mësuar kështu umetin se ai ishte thjesht një njeri, ndërsa i gjithë pushteti është vetëm në dorën e Allahut të Lartësuar."

Qëllimi ynë është thjesht të tregojmë udhëzimin e Pejgamberit (s.a.u.s.) në kurimin dhe trajtimin e magjisë. Prej tij janë përcjellë dy mënyra:
Mënyra e parë: Gjetja e magjisë dhe shkatërrimi i saj. Kjo është mënyra më e plotë e shërimit nga magjia. Kështu veproi Pejgamberi (s.a.u.s.). Ai iu lut Allahut të Lartësuar që t'ia zbulonte magjinë dhe Ai ia tregoi atë. Atëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) e nxori atë nga pusi ku ishte fshehur. Ajo qe e përgatitur me flokë të Profetit, e mbështjellë në një lëpushë hurme.[2] Me ta zbuluar dhe nxjerrë magjinë, iu largua menjëherë ajo që ndiente, sikur të ishte çliruar nga zinxhirë që e mbanin lidhur.[3] Kjo është mënyra më e

[1] Buhariu, 10, 199; Muslimi, me numër 2189.
[2] Kjo është pjesë e hadithit të sipërpërmendur të Aishes.
[3] Shih në: *Fet'hul Bari*, 10, 200.

mirë e kurimit të magjisë. Ajo është e ngjashme me pastrimin e plotë të trupit nga lëndët septike.
Mënyra e dytë: Nxjerrja jashtë e substancave të këqija nga organi që është prekur më tepër nga magjia. Magjia vërtet ndikon shumë në natyrën e njeriut. Ajo i trazon lëndët bazë të trupit, prodhon substanca të dëmshme dhe turbullon temperamentin. Nëse ajo ndikon në një pjesë të trupit, prej së cilës mund të nxirret lënda e keqe, atëherë kjo mënyrë bëhet e domosdoshme. Ebu Ubejdi tregon në librin e tij *Garib el Hadith*, me *sened* deri tek Abdurrahman ibn Ebu Lejla, se: "Pejgamberi (s.a.u.s.), kur i bënë magji, bëri *hixhame* me bri në pjesën e sipërme të kokës së tij".

Disa të paditur, kur dëgjojnë mënyrën e dytë të mjekimit, thonë: "E ç'lidhje ka magjia me *hixhame*-n? Ku magjia e ku *hixhame*-ja!". Por nëse këtë do ta gjenin të shkruar si porosi të Hipokratit, Ibn Sinës apo të të tjerëve që ata i pasojnë verbërisht, do ta pranonin pa bërë fjalë, ose thjesht do të thoshin: "Aaa, kështu ka thënë filani e filani!"

Ndikimi i magjisë me të cilën u prek Pejgamberi (s.a.u.s.) ishte i përqendruar në kokë, në një nga zonat e saj, gjë e cila shkaktonte njëfarë shpërqendrimi. Atij i dukej se kryente diçka, por që, në të vërtetë, ai nuk e kryente atë. E tillë është magjia: një manipulim dhe ndikim në trupin dhe gjakun e njeriut.

Magjia është një gërshetim i fuqisë së shpirtrave të këqij dhe i efekteve negative që ata kanë në funksionet normale të trupit të njeriut. Magjia më e keqe është ajo që prek ndjesitë e organit të prekur. Nëse zbulohet organi ku është bërë magjia (sipas shenjave), atëherë heqja e gjakut me kupa në atë pjesë të trupit është mënyra më e mirë e trajtimit, nëse bëhet ashtu siç duhet. Hipokrati ka thënë: "Gjërat që duhen nxjerrë nga trupi duhet të nxirren jashtë pikërisht nga ajo pjesë e trupit që është më e prekur dhe me mjetet e mënyrat më të përshtatshme dhe më të mira."

Disa njerëz thonë që Pejgamberi (s.a.u.s.), kur u prek nga magjia dhe pa ndikimet që ajo solli në veprimet e tij, mendoi se kjo kishte

ardhur ngaqë gjaku i prishur i kishte vajtur në tru dhe kishte prekur aparatin e ndjeshmërisë. Pra, për shpërqendrimin në veprimet e tij, ai fajësoi ndikimet e gjakut, prandaj zgjodhi *hixhame*-n, si një nga rrugët më të mira të kurimit të asaj kohe. Ky lloj mjekimi u zgjodh para se atij t'i zbulohej prej Allahut të Lartësuar që ajo ishte magji. Më pas, kur u njoftua se kishte të bënte me diçka tjetër, ai zbatoi mjekimin e saktë dhe të vërtetë ndaj magjisë, duke e lutur Allahun e Lartësuar që t'ia tregonte se ku ishte fshehur magjia, për ta shkatërruar atë. Me të vepruar këtë, ai u shërua plotësisht dhe u ndie shumë i çliruar. Kjo do të thotë që ndikimi i kësaj lloj magjie ishte thjesht në ndjesitë e tij, jo në mendjen dhe zemrën e tij. Për këtë arsye, ai ishte i vetëdijshëm se thjesht po i dukej që e kishte vepruar një gjë që, në fakt, nuk e kishte bërë. Të tilla pasoja mund të vijnë edhe nga sëmundje të tjera.

Mjekimi i magjisë
nëpërmjet lutjeve dhe përkujtimit të Zotit

Mënyra më e dobishme dhe efikase e mjekimit të magjisë është me ilaçin hyjnor. Meqenëse magjia është vepër e shpirtrave të këqij, atëherë ajo mund të përballohet vetëm nëpërmjet ndikimit të kundërt që sjellin këndimi i Kuranit, lutjet dhe *dhikr*-i, të cilët i asgjësojnë pasojat që ajo lë në shpirtin dhe në trupin e njeriut, si dhe nëpërmjet pranisë së shpirtrave të mirë (engjëjve). Sa më të forta dhe të goditura të jenë ato, aq më i plotë do të jetë shërimi dhe largimi i të keqes. Kjo çështje ngjan me dy ushtri, të cilat përballen me njëra-tjetrën dhe të cilat fusin në përdorim të gjithë arsenalin e tyre, për të mposhtur kundërshtarin. Ushtria që ka më tepër armë dhe mjete është ajo që do të triumfojë. Nëse zemra mbushet me Kuran dhe me përkujtimin e Allahut dhe fillon të lutet me përunjësi dhe përqendrim, me fjalë të përzgjedhura me kujdes, atëherë ky është ilaçi më i fortë shërues. Nëse njeriu është i rregullt me lutjet dhe dhikrin e përditshëm, ai është i ruajtur nga magjia dhe çdo ndikim i shpirtrave të këqij.

Edhe magjistarët e pranojnë se magjia e tyre ndikon plotësisht vetëm te njerëzit me zemër të dobët, që lëshohen shpejt. Ata

godasin më lehtësisht ata njerëz që janë të lidhur shumë me gjëra të ulëta dhe janë të shfrenuar në epshet e tyre. Ja përse ata që preken më së shumti nga këto gjëra janë gratë, fëmijët, injorantët dhe beduinët: ata që kanë mangësi të mëdha nga besimi i drejtë, mbështetja në Zotin dhe në *teuhid*, ata që, gjatë ditës së tyre, e përkujtojnë Allahun shumë pak ose aspak nëpërmjet dhikrit, këndimit të Kuranit dhe lutjeve të përditshme, të cilat na i ka mësuar Allahu i Lartësuar dhe Profeti i Tij. Është vetë i magjepsuri ai i cili mund ta ndihmojë veten më shumë se çdokush tjetër, duke mos e lënë armikun që ta vërë nën thundër.

Zemra e njeriut shpesh është e lidhur fort me disa gjëra, duke qenë shumë e përqendruar në arritjen e tyre. Nëse ajo të cilën njeriu e kërkon dhe e synon aq shumë është diçka e ndaluar nga i Madhëruari, është e ulët, e poshtër dhe e preferuar për shejtanin, atëherë shfaqet rreziku i madh që shejtani ta zotërojë të sëmurin dhe ta nënshtrojë atë. Ky rrezik bëhet edhe më i fortë kur njeriu është larg besimit dhe përkujtimit të Zotit. Pra, kur dëshirat janë të shfrenuara dhe kur mungon besimi dhe përkujtimi i Zotit, prekja nga magjia dhe çdo ndikim tjetër djallëzor bëhet më e lehtë dhe më e mundshme. Në fund, Allahu është më i ditur për gjithçka.

Pastrimi me anë të vjelljes

Imam Tirmidhiu, në librin e tij *El Xhamiu*, shënon një hadith të sjellë prej Midan ibn Ebu Talhait, ky prej Ebu Derdait, se: "Pejgamberi (s.a.u.s.) volli e pastaj mori abdes". Unë (thotë Midani) takova Theubanin në xhaminë e Damaskut dhe i tregova se ç'kishte thënë Ebu Derdai. Ai më tha: "Të vërtetën ka thënë. Isha unë ai që i hodha ujë Profetit (s.a.u.s.) për të marrë abdes." Tirmidhiu thotë: "Ky është transmetimi më i saktë rreth kësaj çështjeje."[1]

[1] Ahmedi, 6, 443; Tirmidhiu; Ebu Daudi, me numër 4381.

Vjellja është njëra ndër pesë mënyrat e pastrimit të trupit nga substancat e këqija. Katër të tjerat janë: diarreja, kupat, dalja e gazrave dhe djersitja. Të gjitha këto janë përmendur në hadithe.

Për diarrenë, kemi sjellë hadithin që thotë: "Diarreja është një nga kurat tuaja më të mira." Ne kemi përmendur edhe hadithin për fshikartën. Kemi përmendur gjithashtu edhe kupat, kur cituam hadithin që flet për këtë temë. Për daljen e gazrave apo të avujve nga trupi, ne do të flasim më gjerësisht po në këtë libër, me lejen e Allahut. Ndërsa, për sa i përket djersitjes, ajo është një nxjerrje e pavullnetshme që trupi u bën substancave të këqija nëpërmjet poreve të lëkurës; pra nuk ka lidhje me shpimin e damarëve si metodë.

Vjellja, nga ana tjetër, është një flakje jashtë e substancave të dëmshme, që bëhet nëpërmjet pjesës së sipërme të stomakut. Ka dy lloje vjelljesh: një e pavullnetshme, që vjen natyrshëm, ndërsa tjetra është e provokuar, e nxitur me qëllim. Lloji i parë nuk duhet ndaluar apo përmbajtur, veç në rastin kur kalohet masa dhe kur bëhet e rrezikshme. Ndërsa lloji i dytë përdoret për qëllime mjekësore, në kohën e duhur dhe në kushte të përcaktuara mirë.
Janë dhjetë shkaktarë të vjelljes:
1. Vreri, i cili mblidhet me tepri në stomak dhe kërkon rrugë për të dalë jashtë trupit.
2. Jargët e tepërta në stomak, të cilat gjithashtu kërkojnë rrugë të dalin jashtë.
3. Stomaku i dobët, që nuk e tret plotësisht ushqimin. Atëherë pjesa e patretur kërkon të dalë jashtë.
4. Futja në stomak e lëndëve që vështirësojnë tretjen dhe dobësojnë aftësinë tretëse të stomakut.
5. Të ngrënët dhe të pirët jashtë mase, aq sa stomaku nuk mban më. Në këtë rast, ai nuk e tret dot tërë ushqimin dhe detyrohet ta nxjerrë jashtë.
6. Kur ushqimi dhe pija nuk janë të përshtatshme për stomakun, i cili më pas i nxjerr jashtë ato.
7. Kur stomaku vuan nga ndonjë sëmundje, e cila prish ushqimin dhe pijet, të cilat më pas kërkojnë rrugëdalje.

8. Ndjesia e krupës mund të shkaktojë gjithashtu të vjella.
9. Depresioni, pikëllimi dhe ankthi bëjnë që organizmi të angazhohet tërësisht me to dhe të lërë mënjanë nevojën për ushqim, duke përfshirë këtu tretjen dhe përpunimin e tij. Si rrjedhojë, stomaku kërkon të çlirohet nga ushqimi i patretur.
Vjellja mund të shkaktohet nga gjendje të ndryshme psikologjike, sepse trupi dhe psika e njeriut ndikojnë thellësisht te njëri-tjetri.
Dikujt mund t'i pështiroset e pastaj të vjellë kur sheh dikë tjetër që është duke vjellë.

Njëherë, një doktor më tregoi se kishte një nip të zotë në përdorimin e *kuhl*-it (antimon), i cili, kur po trajtonte me *kuhl* një të sëmurë me konjuktivitis, u prek vetë nga kjo sëmundje. Pasi kjo dukuri u përsërit disa herë, ai hoqi dorë nga profesioni i tij. E pyeta doktorin përse ndodhte kjo, dhe ai më tha se trupi i të nipit reagonte ndaj gjendjes së njerëzve që ai kuronte, duke u prekur vetë nga e njëjta sëmundje që vuanin edhe ata. Ai më tregoi, gjithashtu, se njihte një person që, kur kishte parë një lungë të pezmatuar te trupi i dikujt, kishte nisur të kruante trupin e vet tek i njëjti vend.

Unë them se kjo provon që psika ndikon tek organizmi në një mënyrë të tillë që, kur disa forca të trupit janë të fjetura, ato, befas dhe pa arsye, bëhen aktive.

Vjellja është recetë e përshtatshme në mot të nxehtë

Në viset e nxehta dhe në mot të nxehtë, disa substanca të dëmshme janë të lehta, prandaj gjithnjë priren të ngrihen lart e të qëndrojnë pezull. Kjo është arsyeja përse vjellja bëhet një mënyrë e dobishme për t'i shkarkuar jashtë këto përzierje. Nga ana tjetër, në vende të ftohta dhe në mot të ftohtë, disa substanca të dëmshme fillojnë të trashen e të rëndohen, prandaj ato janë më të vështira për t'u nxjerrë nga rrugët e sipërme. Në këtë rast, mënyra më e mirë për t'i pastruar ato është nëpërmjet diarresë.

Pastrimi i substancave të këqija bëhet ose duke i tërhequr ato prej daljes më të largët, ose duke i nxjerrë prej daljes më të afërt. Për shembull, ka disa lloje përzierjesh, të cilat nuk janë të qëndrueshme, prandaj ato herë priren të ulen poshtë e herë të ngrihen lart. Nëse ato priren të ngjiten lart, atëherë shkarkimi i tyre nga poshtë është mënyra më e mirë. Nëse përzierja priret të ulet poshtë, atëherë më e mirë është tërheqja e tyre nga sipër. Kur ajo bëhet e qëndrueshme, atëherë shkarkimi i tyre nga dalja më e afërt është zgjidhja më e mirë. Nëse përzierja nis të dëmtojë organet e sipërme, ajo duhet të tërhiqet nga pjesët më të poshtme, dhe anasjelltas. Kur ajo bëhet e qëndrueshme, duhet të shkarkohet nga dalja më e afërt.

Kjo është arsyeja që Pejgamberi (s.a.u.s.) i ka bërë kupat herë në damarët e krahut, herë në kokë e herë në kurrizin e këmbës, në mënyrë që gjaku i prishur të shkarkohej prej daljes më të afërt.

Vjellja pastron stomakun nga substancat e dëmshme

Të vjellëtit pastron stomakun, mpreh shikimin, heq dhembjet e kokës, kuron ulcerat dhe infeksionet në veshka e në prostatë. Të vjellëtit gjithashtu lehtëson sëmundjet kronike, për shembull: lebrën, edemat, paralizat e pjesshme ose dridhjet e trupit.

Një njeri i shëndetshëm duhet të kryejë vjellje të vullnetshme një ose dy herë në muaj; për çdo rast nga dy vjellje njëra pas tjetrës, në mënyrë që e dyta ta pastrojë trupin nga substancat që mbeten pas herës së parë.

Vjelljet e tepërta dëmtojnë stomakun dhe dobësojnë shtresat e tij mbrojtëse. Gjithashtu ato dëmtojnë dhëmbët, shikimin dhe dëgjimin, madje shkaktojnë edhe dhembje koke. Duhet patur parasysh që ata të cilët vuajnë nga mahisja e fytit, ata që kanë kraharor të dobët ose laring të vogël, ata që kanë vështirësi të vjellin vullnetarisht ose ata që janë të prirur të pështyjnë gjak, nuk duhet të kryejnë vjellje të vullnetshme.

Ata që kanë vesin e keq të mbushin plot barkun me ushqim, pastaj vetënxisin të vjellat, do të shohin se kjo praktikë përshpejton plakjen dhe bëhet shkak për mjaft sëmundje të dhembshme, përveç faktit që do t'u kthehet në kronike. Po ashtu, nëse njeriu vuan nga dehidratimi, nga shqetësime në rropulli, nga plakja ose nga plogështia e përgjithshme e trupit, atëherë vjellja e vullnetshme bëhet tepër e rrezikshme.

Koha më e mirë për vjellje të vullnetshme është në verë ose pranverë, dhe jo në dimër ose vjeshtë. Pas kryerjes së këtij veprimi, është e këshillueshme që të pihet lëng molle me pak mastik dhe shurup trëndafili, nëse është e mundshme.

Nxjerrja e ushqimit mund të bëhet nga goja, por edhe nga rrugët e poshtme, në formën e diarresë. Hipokrati ka thënë: "Në stinën e verës, nxjerrja e ushqimit duhet të bëhet nga lart (goja) dhe mundësisht pa nevojën e ilaçeve, kurse në dimër ajo duhet të kryhet nga poshtë, me ndihmën e ilaçeve."

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për kërkimin e mjekut më të mirë

Imam Maliku shënon në librin e tij *El Muueta* rrëfimin e Zejd ibn Eslemit, që tregon: "Në kohën e Profetit (s.a.u.s.), u plagos një burrë, plaga e të cilit u infektua rëndë. Për këtë arsye, burri thirri dy mjekë prej fisit Benu Amir për ta vizituar. Pejgamberi (s.a.u.s.) iu drejtua atyre të dyve: "Cili prej jush është mjeku më i mirë?" Ata thanë: "A shihet zotësia në mjekësi?" Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Ai që ka zbritur sëmundjen, ka zbritur edhe ilaçin e saj."[1]

Ky hadith tregon se muslimanët duhet të kërkojnë e të gjejnë njerëzit më të aftë të fushës për të kryer një punë, sepse ashtu sigurohet cilësia më e mirë e saj. Për shembull, ai që kërkon të dijë diçka rreth një çështjeje fetare, duhet të pyesë për këtë njeriun më të ditur të fesë. Nëse dikush nuk di drejtimin e Kiblës, ai duhet të pasojë më të diturin që gjen. Ky është një parim që Zoti e ka ngjizur në natyrshmërinë njerëzore. Kështu, për shembull,

[1] *El Mueta*, 4 / 328. Ky hadith është *mursel*.

udhëtari në tokë ose në det gjen më shumë qetësi dhe prehje nëse udhërrëfyesi i tij është më i dituri dhe më i afti në profesionin e tij. Gjithmonë synohet ai që është më i dituri dhe më i afti. Në këtë pikë, Sheriati, natyra e pastër dhe mendja e shëndoshë janë në përputhje të plotë.

Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Ai që ka zbritur sëmundjen, ka zbritur edhe ilaçin e saj." Ka plot hadithe të tjera, të përafërta me këtë. Prej tyre mund të përmendim hadithin që përcjell Amër ibn Dinari prej Hilal ibn Jesafit, se: "Kur Pejgamberi (s.a.u.s.) po vizitonte një të sëmurë, tha: "Dërgoni dikë për të gjetur një mjek!" Dikush tha: "Edhe ti e thua këtë, o Pejgamberi?" Ai tha: "Po. Me të vërtetë, Allahu Krenar dhe i Lartësuar nuk ka zbritur ndonjë sëmundje, pa sjellë për të edhe ilaçin."

Në dy *Sahih*-ët është hadithi i Ebu Hurejrës, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Allahu i Lartësuar nuk ka zbritur sëmundje, pa zbritur për të edhe ilaçin." Të tilla hadithe i kemi përmendur edhe më përpara.

Po çfarë kuptimi ka thënia: "Nuk ka zbritur sëmundje, pa zbritur edhe ilaçin"? Për këtë janë dhënë mendime të ndryshme. Disa thonë se "zbritja e ilaçit" nënkupton që Allahu i mëson krijesat se cili është ky ilaç. Por ky shpjegim nuk është i saktë, pasi megjithëse Pejgamberi (s.a.u.s.) na ka treguar se çdo sëmundje ka ilaçin përkatës, ai përsëri ka thënë: "E di kush e mësoi (ilaçin) dhe nuk e di kush nuk e mësoi."

Disa të tjerë kanë thënë që hadithi nënkupton krijimin e sëmundjes, krijimin e ilaçit dhe vendosjen e tyre në tokë. Për këtë arsye, Pejgamberi (s.a.u.s.), në një hadith tjetër, ka thënë: "Me të vërtetë, Allahu i Lartësuar nuk ka krijuar në tokë sëmundje, pa krijuar në të edhe ilaçin e saj." Ky mendim është më afër të vërtetës se mendimi i parë. Megjithatë, përkthimi i drejtpërdrejtë i fjalës së përdorur në hadith është "zbritje", dhe t'i japësh asaj kuptimin "krijim", ky përbën njëfarë ndryshimi të termit të përdorur në hadith, pa pasur ndonjë arsye të pranueshme.

Disa të tjerë thonë se Allahu i Lartësuar e zbret sëmundjen dhe ilaçin nëpërmjet melekëve që janë ngarkuar me këtë detyrë, ashtu siç kryejnë detyra të tjera. Në të vërtetë, ata janë ngarkuar me përgjegjësi të ndryshme mbi tokë, sidomos me ato që kanë lidhje me njeriun, që në çastin kur ai është në barkun e nënës e deri në vdekjen e tij. Ky mendim është më pranë të vërtetës se dy të parët.
Disa të tjerë thonë që pjesa më e madhe e ilaçeve vjen nëpërmjet shiut, pasi shiu ndihmon në zhvillimin e bimësisë dhe të sendeve ushqimore, që nënkupton kështu edhe mjetet e kurimit. Uji i shiut që zbret nga majat e maleve merr me vete, gjithashtu, minerale të ndryshme, të cilët përdoren në mjekësi. Një larmi frutash, bimësh, madje edhe ujërat e burimeve përdoren në kura e ilaçe. Ky shpjegim është më i fortë se tre të mëparshmit, por, sidoqoftë, Allahu e di më mirë.

Është urtësia e Allahut të Lartësuar që, përveç se i ka sprovuar robërit e Tij me sëmundje, i ka ndihmuar ata që të gjejnë edhe kurën e tyre. Ai i sprovon ata me gjynahe, por, nga ana tjetër, i ndihmon për të bërë *teube*, i ndihmon të kryejnë vepra të mira, të cilat fshijnë të këqijat, ose u jep fatkeqësi, për t'i pastruar nga gjynahet. Allahu i sprovon ata me ndikime të këqija prej shpirtrave të këqij, qofshin këta shejtanë-njerëz apo shejtanë-xhindë. Nga ana tjetër, Ai u jep mundësinë që të kërkojnë ndihmë prej Tij dhe dërgon në ndihmë të tyre ushtri me shpirtra të mirë, pra, me melekë. Ai vërtet i sprovon ata me dëshira dhe kënaqësi të ndaluara, por edhe i ndihmon me plot kënaqësi të tjera të bukura dhe të dobishme, që janë të lejuara dhe të mjaftueshme kundrejt të ndaluarave. Me pak fjalë, për çdo sprovë dhe fatkeqësi, me të cilat Allahu i Lartësuar teston krijesat, u ka mundësuar atyre mjete, rrugë dhe mënyra për t'i përballuar, mposhtur dhe larguar ato. Ndryshimi mes krijesave, në këtë aspekt, qëndron te shkalla e njohjes dhe e përfitimit të tyre nga këto ndihma të Tij.
Allahu është Ai që jep sukses dhe ndihmë për çdo gjë!

Përgjegjësia e mjekut të pakualifikuar

Imam Ebu Davudi, imam Nesaiu dhe imam Ibn Maxhe shënojnë rrëfimin e Amr ibn Shuajbit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Ai që vetëdeklarohet si mjek dhe nuk e njeh këtë profesion, ai mban përgjegjësi për veprimet e tij."

Nga ky hadith dalin tri lloje përfitimesh: gjuhësore, juridike dhe mjekësore.

Në aspektin gjuhësor, fjala *tibb* në gjuhën arabe përmban disa kuptime, si: "ndreqje, përtëritje, rregullim i diçkaje", ose: "mjeshtëri, zotësi e plotë për diçka", jo vetëm në fushën e mjekësisë. Kuptim tjetër është: "zakon, shprehi".

Përveç këtyre, *tabib* (mjek), në gjuhën arabe, mund të quhet edhe ai që bën magji. Në *Sahih* është rrëfimi i Aishes, që thotë: "Kur çifutët i bënë magji të Dërguarit të Allahut (s.a.u.s.), pranë tij u ulën dy engjëj: njëri te koka dhe tjetri te këmbët. Njëri prej tyre tha: - Çfarë shqetësimi ka ky burrë? - Tjetri i tha: - Është i prekur nga magjia. - Kush ia bëri magjinë (*tibb*) atij? - Filan çifut... - ia ktheu ai." Ebu Ubejde thotë gjithashtu se ata që janë të prekur nga magjia quhen *matbub* (fjalë që rrjedh nga *tibb*).

Fjala *tabib* shënon një njeri të ditur në përgjithësi, ku përfshihet edhe doktori.

Në aspektin fetar, nga hadithi mësojmë se mjeku injorant duhet të paguajë për gabimin e tij, pasi ai ushtron një profesion për të cilin nuk është kualifikuar e që, si pasojë, i dëmton njerëzit. Kjo, në fakt, tregon se ai i ka mashtruar ata. Për këto arsye, mjekët e pakualifikuar duhet të mbajnë përgjegjësi për çdo dëmtim që mund të shkaktojnë, dhe me këtë qëndrim përputhen të gjithë dijetarët.

El Hattabi ka thënë: "Nuk di ndonjë kundërshtim mbi qëndrimin se kur dikush trajton një të sëmurë dhe e dëmton atë, ai duhet ta shpaguajë financiarisht dëmin e bërë. Kush përfiton nga një profesion për të cilin nuk është përgatitur ta bëjë, ai është i padrejtë. Nëse për shkak të paaftësisë së tij, i sëmuri humbet ndonjë gjymtyrë ose organ, ky mashtrues nuk ndëshkohet duke i hequr të njëjtën gjymtyrë, por është i detyruar të paguajë kompensimin financiar, ngaqë, në këtë rast, i sëmuri ia ka dhënë vetë lejen atij për të vepruar mbi të."

Në përgjithësi, ka pesë lloje mjekësh:

1. I pari është mjeku i përgatitur mirë, që e kryen profesionin me përpikmëri dhe përgjegjësi. Kur një mjek i tillë trajton një të sëmurë, - një akt ky i lejuar si nga feja, edhe nga i sëmuri - nëse bën ndonjë gabim, ai nuk është përgjegjës për këtë gabim. Për shembull, kur një doktor profesionist i bën rrethprerje një djali të vogël, brenda kushteve të pranueshme, por gjatë operacionit cenon dhe dëmton gabimisht organin, ai nuk është përgjegjës për gabimin. Po ashtu, nëse një mjek profesionist i bën kupat një të sëmuri, në mënyrën dhe kohën e duhur, por ndodh ndonjë dëmtim, atëherë ky mjek nuk e ka për detyrë të shpaguajë.

2. Në llojin e dytë hyn mjeku injorant që, kur kuron një të sëmurë, e dëmton atë. Nëse i sëmuri e ka ditur se mjeku ishte injorant dhe përsëri e ka lejuar që ta kurojë, atëherë këtu nuk ka vend për kompensim. Ky rregull nuk është në kundërshtim me hadithin e mësipërm, sepse ai flet për një mjek që shtiret si i tillë, duke i bindur të tjerët për këtë. Nëse një person e ka bindur të sëmurin se është mjek, ndërkohë që nuk është ashtu, atëherë ai është përgjegjës për çdo dëm të sjellë nga paaftësia e tij. Po ashtu, nëse një mjek sharlatan i jep të sëmurit një recetë të caktuar, dhe i sëmuri e zbaton atë duke menduar se mjeku e ka lëshuar recetën mbështetur në dituri, e si pasojë këshillat e dhëna shkaktojnë dëme, atëherë sharlatanit i kërkohet shpagimi për dëmin e bërë. Hadithi flet qartë për këtë kategori.

3. I llojit të tretë është mjeku i ditur dhe me përvojë, i cili i kryen shërbimet e veta në përputhje me rregullat e përcaktuara, por që, pa dashur, dëmton pjesën e shëndoshë të trupit të të sëmurit. Në këtë rast, mjeku është përgjegjës për gabimin e tij dhe duhet të shpaguajë financiarisht. Por, a duhet të paguajë ky person nga pasuria e vet apo nga Thesari i Shtetit? Ka dy mendime për këtë çështje. Nëse mjeku nuk është musliman, atëherë ai duhet ta bëjë kompensimin me pasurinë e vet, por për rastin kur ai është musliman ka mendime të ndryshme, siç e thamë më lart.

4. Kategoria e katërt është ajo e mjekut të mirë dhe me përvojë, i cili jep një ilaç të gabuar dhe, si pasojë, i sëmuri vdes. Në këtë rast, përgjegjësia është e mjekut dhe kompensimi paguhet ose nga ana

e tij, ose nga Thesari i Shtetit (*Bejtul-mal*). Për të dyja zgjidhjet kanë thënë që janë qëndrime të imam Ahmedit.
5. Në llojin e pestë hyn mjeku profesionist, i cili, pa marrë leje, i heq një gjymtyrë një personi të mangët mendërisht ose një fëmije, ose bën synet një djalë pa kërkuar lejen e familjes së tij dhe organi dëmtohet. Sipas dijetarëve të medhhebit Hanbeli, mjeku, në një rast të tillë, është përgjegjës, sepse ai ka ndërmarrë veprime pa lejen e përgjegjësve ligjorë të personit. Por, nëse mjekut i është dhënë leja nga përgjegjësit ligjorë të të sëmurit, ai është i çliruar nga detyrimi. Disa janë të mendimit që mjeku profesionist, në këtë rast, nuk ka përgjegjësi, pavarësisht në i është dhënë leja apo jo prej kujdestarit ligjor, sepse qëllimi i tij ka qenë i mirë.
Në hadithin e mësipërm, fjala 'mjek' përfshin atë që lëshon receta mjekësore, që përdor *kuhl*-in, që kryen synetime, *hixhame*, operime, kauterizime, ngjitje të kockave të thyera, injeksione, shërbime veterinare e kështu me radhë. Kufizimi i termit 'mjek' me një fushë të caktuar të këtij profesioni, në fakt është një prirje e kohëve të fundit.

Mjeku profesionist ndjek këto hapa kur trajton një sëmundje:

1. Përcakton dhe klasifikon llojin e sëmundjes.
2. Kërkon prejardhjen dhe shkaktarin e saj.
3. Studion gjendjen trupore të të sëmurit: a është trupi i të sëmurit aq i fortë sa ta mposhtë vetë sëmundjen? Nëse është kështu, atëherë mjeku nuk jep ilaçe.
4. Sheh gjendjen dhe temperamentin (trupor) e të sëmurit.
5. Përcakton ndryshimet në gjendjen e pacientit.
6. Përcakton moshën e të sëmurit.
7. Heton shprehitë dhe zakonet e të sëmurit.
8. Merr parasysh efektet stinore.
9. Merr parasysh vendorigjinën e të sëmurit.
10. Shqyrton kushtet atmosferike në vendin ku jeton i sëmuri.
11. Kërkon ilaçin e duhur.
12. Përcakton efektin e ilaçit dhe dozën e nevojshme të tij.
13. Qëllimi i mjekut nuk duhet të jetë vetëm kurimi i sëmundjes, por edhe parandalimi i ndonjë pasoje, që mund të jetë më e rëndë

se vetë sëmundja. Nëse kurimi i një sëmundjeje bëhet shkak për një sëmundje tjetër akoma më të rëndë, mjeku nuk e ndërmerr atë trajtim me pasoja, por përpiqet me mjete të tjera që ta 'zbusë' gjendjen. Shkarkimi i gjakut me anë të shpimit të venave, për shembull, mund të kalojë në pasoja e sëmundje më të rënda.

14. Mjeku përpiqet të japë, fillimisht, trajtimin më të thjeshtë dhe më të lehtë të sëmundjes. Për shembull, mjeku nuk duhet të lëshojë menjëherë receta me ilaçe, pa parë njëherë mundësinë e trajtimit me një dietë ushqimore. Në të njëjtën mënyrë, ai nuk duhet të japë ilaçe apo kura të ndërlikuara, pa shqyrtuar së pari ato më të thjeshtat. Shenja e mjekut të vërtetë profesionist është kur ai këshillon dietën në vend të ilaçeve, ose kur provon në fillim me ilaçet e thjeshta, pa kaluar menjëherë tek ato të ndërlikuarat.

15. Mjeku përcakton në është sëmundja e kurueshme apo jo. Nëse ai sheh se nuk ka mundësi ta trajtojë sëmundjen, atëherë le t'i ruajë energjitë dhe reputacionin vet, e të mos bëhet pre e lakmisë dhe e sedrës, duke pretenduar të kurojë të pakurueshmen.

Kur sëmundja është e kurueshme, doktori sheh nëse ajo kurohet plotësisht apo vetëm mund të lehtësohet. Nëse zbulon se sëmundja nuk mund të kurohet plotësisht dhe as nuk mund të lehtësohet, atëherë ai sheh mundësitë që ndalojnë rëndimin e mëtejshëm të saj. Në këtë rast, qëllimi i mjekësisë është që të rrisë fuqinë e trupit dhe të pengojë përkeqësimin e sëmundjes.

16. Mjeku nuk duhet t'i rikthehet nxjerrjes së substancave septike përpara se ato të piqen dhe të bëhen të qëndrueshme.

17. Mjeku duhet të ketë njohuri për sëmundjet e zemrës ose të shpirtit dhe metodat e trajtimit të tyre. Në fakt, ky është një ndër parimet kryesore të shkencës së mjekësisë, pasi gjendja e zemrës dhe e ndjenjave ndikon qartë në trupin e njeriut. Ja përse ne themi për mjekun e trupit, se po të jetë i zoti edhe për sëmundjet e zemrës, atëherë ai është mjek i përsosur. Nga ana tjetër, nëse një mjek ka njohuri për sëmundjet e trupit, por nuk merr vesh nga sëmundjet e zemrës, atëherë ai është një gjysmë-mjek. Nuk është doktor ai që nuk sheh përkushtimin e zemrës dhe që nuk e nxit të sëmurin të forcojë shpirtin dhe trupin duke kryer vepra të mira dhe të drejta, për shembull, duke dhënë sadaka, duke synuar

afërsinë me Zotin dhe të mirat për botën tjetër etj.; përkundrazi, ai është vetëm një sharlatan.
Është e vërtetë që ilaçi më i mirë gjendet në kryerjen e veprave të mira, në bamirësi, në përkujtimin e Allahut, përgjëresën para Tij, në kërkimin e ndihmës së Tij, në lutjen drejtuar Atij dhe në pendesën e shprehur para Tij. Këto vepra të mira kanë një ndikim të thellë në kurimin e sëmundjes, më shumë se çdo ilaç tjetër i rëndomtë, por me kusht që i sëmuri t'i besojë këto receta hyjnore.
18. Mjeku duhet të tregohet i butë dhe i durueshëm me të sëmurin, ashtu siç tregohet prindi me fëmijën.
19. Mjeku duhet të përdorë si ilaçet mjekësore, edhe ato shpirtërore, pa lënë anash inteligjencën e vet.
20. Mjeku duhet ta ndërtojë trajtimin e tij mbi gjashtë parime kryesore, të cilat janë shtyllat e zanatit të tij. Kështu mjeku duhet:

1. të ruajë shëndetin e mirë;
2. të rikthejë shëndetin e humbur;
3. të kurojë sëmundjen;
4. të paktën, të ndalë acarimin e mëtejshëm të sëmundjes;
5. të lërë të keqen më të vogël, për t'u marrë me të keqen më të madhe.
6. të lërë të mirën më të vogël, për të arritur të mirën më të madhe.

Këto janë parimet e mjekësisë. Kush nuk mbështetet në to, nuk është mjek. Megjithatë, Allahu e di më miri.

I sëmuri kalon nëpër katër faza:

1. faza fillestare;
2. faza e rëndimit;
3. faza e përmirësimit;
4. fundi i sëmundjes.

Duke njohur këto faza, doktori duhet të hetojë me kujdes secilën prej tyre dhe t'i trajtojë ato me korrektësi. Për shembull, nëse ai sheh se i sëmuri ka nevojë të heqë substancat e këqija, kur ato janë të pjekura, atëherë ai duhet të veprojë ashtu. Nëse kjo është e pamundur në fazën fillestare, sidomos kur sëmundja ka përparuar, ose kur trupi është i dobët apo kur është mot i ftohtë, atëherë mjeku nuk duhet ta ndërmarrë këtë nismë. Nëse ai e

injoron udhëzimin në fjalë dhe vepron ndryshe, trupi do të rëndohet me angazhimin ndaj mjekimit dhe nuk do të përqendrohet në rezistencën që duhet t'i bëjë sëmundjes. Kjo është njëlloj sikur t'i thuash ushtarit që është duke mbrojtur pozicionin e tij që të bëjë diçka tjetër. Kësisoj, vëmendja e doktorit në këtë fazë duhet të përqendrohet në ruajtjen e fuqisë së trupit sa më shumë që të jetë e mundur.

Pasi sëmundja e ndal përparimin e saj, atëherë doktori mund të kryejë proceset e pastrimit të trupit dhe të trajtojë shkaqet e sëmundjes. Kjo është akoma më mirë kur sëmundja ka nisur të mposhtet dhe të zhduket. Ky rast ngjan me atë armikun, të cilit kanë nisur t'i shteren fuqitë dhe t'i mbarojnë municionet, kështu që kapja e tij tashmë është më e lehtë. E kur ai nis të zbrapset, atëherë ta mbërthesh atë lehtësohet edhe më tepër. Pa dyshim që armiku është më i fuqishëm në fazën fillestare të sulmit të tij. Pikërisht në këtë mënyrë vepron mjekimi ndaj trupit të sëmurë.

Mjek i zoti është ai që, së pari, përdor ilaçet dhe metodat më të thjeshta, përpara atyre që janë më të ndërlikuara. Ai kalon nga më pak e forta, tek ajo më tepër e fuqishmja, veç nëse i druhet faktit se trupi mund të humbasë fuqinë nëse nuk përdoret kura më e fortë që në krye të herës. Po ashtu, mjeku nuk duhet të japë të njëjtat ilaçe në mënyrë të vazhdueshme, me qëllim që trupi mos të mësohet me to, dhe kështu të humbë efikasiteti i tyre. Ne thamë, gjithashtu, se mjeku duhet të mendojë në fillim për ndonjë dietë ushqimore, para se të japë ilaçet. Nëse ai nuk është plotësisht i qartë për natyrën e sëmundjes, ai nuk duhet të lëshojë recetën pa u siguruar për saktësinë e diagnozës. Kur mjeku jep një kurë që nuk shoqërohet me pasoja negative apo me efekte anësore, atëherë gjithçka është mirë.

Kur trupi sulmohet nga disa sëmundje, doktori e nis me atë kurë që plotëson tri kushte:

1. Të trajtojë atë sëmundje që mund të shpjerë rrjedhimisht në kurimin e sëmundjeve të tjera. Për shembull, kur ka të bëjë me një ënjtje dhe me një ulcer, atëherë duhet të nisë me trajtimin e ënjtjes.

2. Të trajtojë pikërisht sëmundjen që ka shkaktuar të tjerat. Për shembull, nëse doktori përballet me një emboli (bllokim i rrugës së gjakut) dhe me ethe që vijnë prej lëndëve septike, ai e nis punën me shkakun e sëmundjes së parë.
3. Kur njëra sëmundje është më e rëndë sesa tjetra, atëherë doktori duhet t'ia nisë me sëmundjen më të rëndë. Megjithatë, doktori duhet të ndjekë edhe ecurinë e sëmundjes tjetër.

Kur trupi goditet njëherësh nga një sëmundje dhe nga një simptomë sëmundjeje, doktori trajton në fillim sëmundjen, vetëm nëse simptoma është më e rëndë, si, për shembull, kapsllëku me dhembje të forta. Doktori trajton së pari dhembjen, pastaj merret me embolizmin. Nëse mjeku ka mundësi që nxjerrjen e substancave septike ta zëvendësojë me uri, pehriz ose gjumë, atëherë ai duhet të veprojë kështu.

Mbrojtja nga sëmundjet ngjitëse

Muslimi sjell hadithin e Xhabir ibn Abdullahit, i cili tregon: "Në delegacionin nga Thekifi ishte dhe një burrë i sëmurë me lebër, që kishte ardhur për t'i dhënë besën Profetit (s.a.u.s.). Por Pejgamberi (s.a.u.s.) dërgoi dikë tek ai për t'i përcjellë: Mund të largohesh, se e pranuam besën tënde!"[1]

Buhariu, në *Sahih*-un e tij, sjell një hadith nga Ebu Hurejra, jo me *sened* të plotë, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Vrapo të largohesh nga lebra, sikurse vrapon për t'u larguar nga luani!"[2]
Në *Sunen*-in e Ibn Maxhes është hadithi i Ibn Abasit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Mos i vështroni gjatë të sëmurët me lebër!"[3]
Buhariu, në *Sahih*-un e tij, sjell një hadith të përcjellë nga Ebu Hurejra se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Njeriu i shëndetshëm nuk duhet t'i afrohet atij që është prekur nga një sëmundje ngjitëse!"[4]

---

[1] Muslimi, nr. 2231.
[2] Buhariu, vëll. 10, 132.
[3] Ibn Maxhe, nr. 3543; Ahmedi, nr. 2072, me *sened* të fortë.
[4] Buhariu, vëll. 10, 206; Muslimi, nr. 2221.

Përcillet gjithashtu se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Të sëmurit me lebër foli një ose dy shtiza larg!"[1]

Lebra është një sëmundje ngjitëse që shkaktohet nga grumbullimi i vrerit të zi në të gjithë trupin, i cili tjetërson temperamentin dhe formën e organeve. Në fazën përfundimtare të saj, sëmundja shkakton një brejtje aq të keqe, saqë gjymtyrët e prekura nisin të këputen dhe të shpërbëhen. Lebra është quajtur edhe si "sëmundja e luanit", për tri arsye:

- së pari, ajo zakonisht prek luanët (ose kafshët e egra);
- së dyti, ajo e rrudh fytyrën e të sëmurit, duke i dhënë një pamje si të luanit;
- lebra është aq ngjitëse dhe aq intensive, saqë e gllabëron viktimën e saj, ashtu si luani gllabëron prenë e tij.

Lebra është sëmundje infektuese dhe ai që i afrohet lebrozit shqetësohet nga duhma e rëndë e tij, njëlloj sikur të jetë me turbekuloz.

Pejgamberi (s.a.u.s.), njeriu më i dhimbsur dhe më dashamirës ndaj popullit të tij, urdhëroi që ata të mos i afroheshin çdo lloj gjëje që mund t'u shkaktonte atyre ndonjë dëmtim për trupin a për zemrën.

Nuk ka dyshim që disa trupa janë shumë të prekshëm nga sëmundjet dhe ndikohen mjaft lehtë nga mjedisi përreth dhe, siç e thamë më lart, lebra është sëmundje ngjitëse. Ndonjëherë, vetëm frika e dikujt ndaj një sëmundjeje mund të ndihmojë që sëmundja ta prekë realisht atë person, pasi frika i përgatit organet e trupit që t'i nënshtrohen më lehtë sëmundjes. Po ashtu, kur dikush ndien erën e rëndë që çlirohet nga trupi i disa të sëmurëve, ai mund të preket nga e njëjta sëmundje që i ka kapur ata, nëse ka një shëndet të brishtë.

---

[1] Abdullahi, djali i imam Ahmedit, vëll. 1, 78, prej Aliut. Por në *sened*-in e tij merr pjesë Feraxh ibn Fadale, i cili konsiderohet si i dobët. E ka shënuar edhe El Hejthemi në *El Mexhmea*, vëll. 5, 101.

Tirmidhiu sjell prej Xhabir ibn Abdullahit rrëfimin se, njëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.), duke kapur për dore një burrë të sëmurë me lebër, e futi dorën e të sëmurit në enën me ushqim dhe i tha: "Ha, duke thënë *Bismilah*, me besim të plotë në Allahun dhe duke iu mbështetur plotësisht Atij." Këtë episod e shënon edhe Ibn Maxhe. Disa thonë që të tilla hadithe janë shfuqizuar nga disa hadithe të tjera. Ata sjellin, për shembull, thënien e Profetit (s.a.u.s.) se: "Nuk ka sëmundje ngjitëse dhe as shenja ogurzeza!"[1]

Megjithatë, ne deklarojmë se asnjëherë nuk ka kundërshti mes haditheve autentike dhe, për këtë, falënderimi i takon Allahut. Nëse vërtet ka kundërthënie të qarta, atëherë njëri hadith nuk duhet të jetë autentik. Ndodh që një përcjellës i hadithit të ketë gabuar, ndonëse mund të ketë qenë njeri i besueshëm. Por mund të ndodhë, gjithashtu, që një hadith kundërthënës ta ketë shfuqizuar tjetrin. Nga ana tjetër, nuk ka dy hadithe autentike, të dy me kuptim të drejtpërdrejtë, të cilët ta kundërshtojnë njëri-tjetrin në çdo aspekt të tyre. Allahu nuk lejoi që i Dërguari i Tij të binte në kundërshtim me veten, prandaj çdo gjë që ka artikuluar Pejgamberi (s.a.u.s.) ishte e vërteta e padiskutueshme. Problemet dhe gabimet vijnë ndonjëherë prej përcjellësve të hadithit, nga pamundësia për të cekur kuptimin e plotë të disa haditheve, ose nga paaftësia për të dalluar autentikun nga hadithi i sajuar. Allahu i jep sukses atij që Ai dëshiron!

Ibn Kutejbe, në librin e tij *Ihtilaful Hadith*, kur flet për armiqtë e hadithit, shkruan: "Ata thonë: "Këto hadithe janë në kundërshtim me njëri-tjetrin. Ju deklaroni se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë që: "Nuk ka sëmundje ngjitëse dhe as shenja ogurzeza." Është edhe një rast tjetër kur atij (s.a.u.s.) i është thënë: "Zgjebja në fillim prek buzët e devesë, pastaj devetë e tjera i kap lebra". E ai është përgjigjur: "Po të parën kush e sëmuri?"

Ju, po ashtu, tregoni hadithin: "Njeriu i shëndetshëm nuk duhet t'i afrohet atij që është prekur nga një sëmundje ngjitëse!" Ose:

[1] Buhariu, Muslimi dhe Ebu Daudi.

“Vrapo të largohesh nga lebra, sikurse vrapon për t’u larguar nga luani!” Ose: “Të sëmurit me lebër foli një ose dy shtiza larg.”

Ju tregoni edhe ngjarjen me delegacionin e Thekifit, ku ishte një burrë i sëmurë me lebër, që kishte ardhur për t’i dhënë besën Profetit (s.a.u.s.), i cili dërgoi dikë tek ai për t’i thënë: “Mund të largohesh, se e pranuam besën tënde!” Ai ka thënë gjithashtu: “Oguri i zi ndodhet në tri gjëra: te gruaja, kafsha dhe te shtëpia.” E pra, a nuk kemi të bëjmë me kundërthënie? Si e shpjegoni ju këtë?”

Ebu Muhamedi (Ibn Kutejbe), më pas, shpjegon: “Ne themi se nuk ka kundërshti, pasi çdo pohim e ka domethënien në kontekstin e vet. Kur hadithi vendoset në kontekstin e tij, atëherë kundërshtitë zhduken.

Kështu, ka dy lloje sëmundjesh ngjitëse. Njëri prej tyre është si lebra. Për shembull, kur njerëzit rrinë pranë të sëmurit dhe ndiejnë për një kohë të gjatë duhmën e keqe që vjen prej tij, ata mund të bien pre e së njëjtës sëmundje. Kështu ndodh me gruan e të sëmurit me lebër, e cila rri nën një çati me të: ajo preket nga e njëjta sëmundje. Edhe fëmijët e tij mund të sëmuren më vonë, kur të rriten.

E njëjta gjendje paraqitet me të sëmurët me turbekuloz, zjarrmi ose me zgjebe. Doktori urdhëron që të rrimë larg prej atyre që vuajnë nga turbekulozi ose nga lebra, jo ngaqë druan se mos sëmundje të tilla janë ngjitëse, por sepse duhma e rëndë që del prej tyre mund të ndikojë te njerëzit e shëndetshëm, po të jenë në kontakt me të për një kohë të gjatë. Doktorët janë njerëzit më të largët prej besimit në ogure të mira ose të këqija.

I njëjti argument vlen edhe për *nukbah*-n, e cila është një lloj lebre ose zgjebeje që prek devetë. Kur një deve e infektuar përzihet ose mplekset me deve të tjera të shëndetshme, atëherë infeksioni përhapet nëpërmjet lëngjeve (nga plagët) ose jargëve që lëshojnë devetë. Ky është kuptimi i hadithit të Profetit (s.a.u.s.): “Asnjë i

sëmurë nuk duhet t'i afrohet një të shëndetshmi." Ai nuk donte që të sëmurët të shoqëroheshin me jo të sëmurët. Në këtë mënyrë, i shëndetshmi nuk kontakton me substancat që prodhon trupi i të sëmurit.

Lloji i dytë i sëmundjeve ngjitëse është si murtaja, për shembull, e cila shfaqet në një vend. Për këtë arsye, njerëzit përpiqen të largohen prej atij vendi, nga frika se mos i zë ajo sëmundje. Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Nëse ajo (murtaja) shfaqet në vendin ku ju jetoni, mos u largoni prej andej! Nëse shfaqet gjetkë, në një vend tjetër, mos shkoni atje!" Domethënë, ai (s.a.u.s.) i urdhëroi njerëzit që të mos largohen prej vendit të pushtuar nga murtaja, pasi ashtu ata mund të mendojnë se po i shmangen caktimit të Allahut. Ai, gjithashtu, i urdhëroi njerëzit të mos hyjnë në një vend ku ka rënë murtaja, pasi qëndrimi në vendet e paprekura u sjell atyre prehje në zemër dhe rehati në jetesë.

Në këtë kategori përfshihet edhe burri që vuan nga një siklet dhe që bën shkaktar për këtë, siç ndodh rëndom, "fatin e zi" që gruaja ose shtëpia e tij sjell. Këtë rast nënkuptonte Pejgamberi (s.a.u.s.) kur thoshte: "Nuk ka sëmundje ngjitëse dhe as shenja ogurzeza."[1]
Disa të tjerë thonë se Pejgamberi (s.a.u.s.) vetëm sa këshilloi që të kihet kujdes nga të sëmurët me lebër, por përsëri është e lejuar që të ulesh e të hash me ta, ashtu siç bëri vetë Pejgamberi (s.a.u.s.).
Të tjerë mendojnë se këto hadithe përmbajnë urdhra që u drejtohen njerëzve të veçantë. Disa njerëz, për shembull, kanë një besim dhe mbështetje aq të fortë tek Allahu, saqë kjo i mbron ata nga sëmundjet ngjitëse, pikërisht ashtu si fuqitë natyrale që ndodhen në trup mposhtin ndonjëherë të ligën e sëmundjes. Por disa njerëz të tjerë nuk kanë besim aq të fortë, kështu që Pejgamberi (s.a.u.s.) i urdhëroi ata që të jenë të kujdesshëm. Me fjalë të tjera, Pejgamberi (s.a.u.s.) dha udhëzimet e tij për të dyja rastet. Besimfortët ndjekin modelin e tij, në varësi të përkushtimit të tyre ndaj Allahut, kurse besimdobëtit duhet të ndjekin urdhrin e Profetit (s.a.u.s.) për të qenë të kujdesshëm. Të dyja mënyrat janë

[1] Këtu mbaron shpjegimi i Ibn Kutejbes.

të drejta, por njëra është e përshtatshme për ata që kanë besim të fortë, ndërsa tjetra për ata që kanë besim të dobët.

Për të dhënë një shembull tjetër, Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka përdorur djegien, ose kauterizimin, për qëllime mjekësore. Pavarësisht nga kjo, ai i ka lavdëruar ata që nuk e zgjedhin kauterizimin si metodë, ndërsa shmangien e saj e ka përmendur bashkë me veprat e mira të largimit nga besëtytnitë dhe të mbështetjes tërësore tek Allahu i Madhëruar. Shembuj të tillë ka plot.

Rruga e Profetit (s.a.u.s.) ka qenë gjithmonë mjaft e butë dhe kush e kupton atë siç duhet është e pamundur që të ketë dyshimin se hadithet autentike bien në kundërshtim me njëri-tjetrin.

Disa njerëz deklarojnë se urdhri për t'u larguar me nxitim prej lebrozit shërben si parandalim i epidemisë që përhapet nëpërmjet pleksjes me të sëmurin ose nëpërmjet nuhatjes së erës së rëndë që ai lëshon, kur flitet për qëndrime të tejzgjatura pranë tij. Ndërsa nga vizitat e shkurtra, të cilat kanë synim të mirë, nuk ka ndonjë të keqe, pasi nuk ka gjasa që të infektohesh prej kontakteve të shpejta. Pejgamberi (s.a.u.s.) ndaloi qëndrimet e gjata me të sëmurët, me qëllim që të ruhet shëndeti i njerëzve, dhe lejoi kontaktet e shkurtra, të cilat nuk sjellin ndonjë problem. Atëherë, ç'kundërthënie paska këtu?

Një palë tjetër thotë që personi me lebër pranë të cilit u ul dhe hëngri Pejgamberi (s.a.u.s.) ndoshta vuante nga një formë e lehtë e kësaj sëmundjeje. Ka disa shfaqje të lebrës, të cilat ndryshojnë në varësi të shkallës së infektimit dhe rëndesës së tyre. Kësisoj, nëse përzihesh me njerëz që vuajnë nga një lebër e lehtë, që nuk ka përparuar, ka mundësi që të mos prekesh prej saj. Nëse sëmundja nuk ka fuqi të zhvillohet në trupin e të sëmurit, atëherë ajo është akoma më e pafuqishme për të sulmuar një trup tjetër të shëndetshëm.

Sipas një tjetër shpjegimi, përpara Islamit, njerëzit besonin se sëmundjet përhapen vetvetiu, pa e lidhur këtë çështje fund e krye

me fuqinë dhe vullnetin e Allahut. Kështu, Pejgamberi (s.a.u.s.) e hodhi poshtë këtë besim të tyre dhe hëngri bashkë me një lebroz, për të dëshmuar se Allahu është i Vetmi që e shkakton sëmundjen dhe i Vetmi që sjell shërimin e saj. Nga ana tjetër, Pejgamberi (s.a.u.s.) i ndaloi muslimanët që të afrohen me të sëmurët, për t'i mësuar ata se Allahu i ka krijuar sëmundjet të tilla që ato të kenë një efekt të caktuar te njerëzit. Ndalesa i vërteton këto efekte, ndërsa veprimi i tij na mësoi se ato (efektet e sëmundjes) kontrollohen krejtësisht prej Allahut të Madhëruar. Në këtë mënyrë, në qoftë se Ai nuk dëshiron, këto efekte nuk kanë asnjë fuqi vepruese, dhe nëse Ai dëshiron, ato do të shkaktojnë atë dëmtim që Ai ka dashur dhe ka përcaktuar.

Disa njerëz thonë se këto hadithe mund të jenë shfuqizuar nga hadithe të tjera dhe, për aq kohë sa ne nuk e dimë se cili hadith ka shfuqizuar tjetrin, nuk lejohet ta diskutojmë më tej këtë çështje.
Në përfundim, të tjerë thonë se disa nga këto hadithe janë autentikë dhe disa të tjerë janë të dyshimtë. Kështu, për shembull, hadithi: "Nuk ka sëmundje ngjitëse dhe as shenja ogurzeza", është përfolur për saktësinë e tij. Sipas këtyre, Ebu Hurejra fillimisht e rrëfente këtë hadith, por më vonë nuk e përcillte më. Kur e pyesnin: "Po ti ke thënë kështu e kështu?!", ai nuk e pranonte një gjë të tillë. Për këtë, Ebu Seleme ka thënë: "Nuk e di, a harroi Ebu Hurejra apo kemi të bëjmë me shfuqizim hadithi?" Ndërsa rrëfimi i Xhabirit, ku tregohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) hëngri së bashku me një lebroz, është hadith i pasaktë. Tirmidhiu e ka quajtur hadith *garib*, pra, nuk ka thënë që është i saktë dhe as *hasen*. Për këtë çështje, El Shuba dhe të tjerë kanë tërhequr vëmendjen, duke thënë: "Ruhuni nga hadithet *garib*!" Gjithashtu, duhet ditur se Tirmidhiu ka thënë: "Ka dëshmi më të sakta që thonë se në atë mënyrë ka vepruar Omeri [e jo Pejgamberi (s.a.u.s.)]."
Gjithsesi, për këtë çështje kemi folur më gjerë në librin tonë *El Miftah*. Allahu i jep sukses atij që dëshiron!

Ndalimi i Profetit (s.a.u.s.)
nga mjekimi me gjëra që Allahu i ka bërë haram

Ebu Daudi sjell në *Sunen*-in e tij rrëfimin e Ebu Derdasë se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Allahu i Lartësuar ka zbritur sëmundjen dhe ilaçin; për çdo sëmundje ka krijuar ilaçin e saj. Pra, mjekohuni, por mos përdorni gjëra që janë haram!"[1]
Ndërsa Buhariu shënon rrëfimin e Ibn Mesudit, se: "Me të vërtetë, Allahu i Lartësuar nuk e ka bërë ilaçin te diçka që jua ka bërë haram."[2]

Në *Sunen* është hadithi i Ebu Hurejrës, që ka thënë se: "Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka ndaluar përdorimin e gjërave të pista (haram) për t'u kuruar."[3]

Në *Sahih*-un e Muslimit shënohet se Tarik ibn Suejd El Xhufi e pyeti Profetin (s.a.u.s.) për pijet dehëse, dhe ai e ndaloi nga ato dhe nga prodhimi i tyre. Pastaj ai i tha Profetit (s.a.u.s.): - Por unë e prodhoj thjesht për mjekim. - Atëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) iu përgjigj: "Ai kurrsesi nuk është ilaç, por është vetëm sëmundje."[4]
Në *Sunen* shënohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) është pyetur rreth alkoolit që përdoret për kurim, dhe ka thënë: "Ai është sëmundje dhe jo ilaç." Hadithin e sjellin Ebu Daudi dhe Tirmidhiu.[5]

Në *Sahih*-un e Muslimit është ky rrëfim i Tarik ibn Suejd El Hadramit: - Unë i thashë: O Pejgamber! Në tokat tona ne kultivojmë rrush, të cilin e shtrydhim dhe e pimë (verën)… Ai tha: "Jo, mos e bëni këtë!" - Pastaj i thashë: Me këtë pije ne kurojmë të sëmurët tanë… - Ai më tha: "Në të vërtetë, ajo nuk është ilaç, por sëmundje."[6]

Në *Sunen*-in e Nesaiut tregohet se "në prani të Profetit (s.a.u.s.), një mjek përmendi përdorimin e bretkosës për të bërë ilaçe, por

---

[1] Ebu Daudi, nr. 3874.
[2] Buhariu, vëll. 10/68.
[3] Ebu Daudi, nr. 3870; Tirmidhiu, nr. 2046; Ibn Maxhe, nr. 3459. *Sened*-i është i fortë.
[4] Muslimi, nr. 1983, tema: "Ndalimi i mjekimit me pije dehëse."
[5] Ebu Daudi, nr. 3873.
[6] Në fakt, ky variant nuk gjendet te Muslimi, por tek Ahmedi.

Pejgamberi (s.a.u.s.) e ndaloi atë nga vrasja e bretkosave për atë qëllim."[1]

Është përmendur se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Mos e shëroftë Allahu atë që kërkon shërim nëpërmjet pijeve dehëse!"
Mjekimi nëpërmjet harameve është diçka e shëmtuar, qoftë në këndvështrimin logjik, qoftë në atë fetar. Për sa i përket anës fetare, shërbejnë si argumente të gjitha hadithet që përmendëm më lart, por edhe të tjerë.

Në aspektin logjik, themi se Allahu i Lartësuar e ka bërë të ndaluar çdo gjë që është e dëmshme dhe e keqe. Po ashtu, Allahu nuk i ka ndaluar këtij umeti asgjë që është e mirë dhe e dobishme, sikurse veproi me Benu Israilët, të cilëve ua bëri të ndaluara edhe disa gjëra të mira, si ndëshkim për padrejtësitë e tyre. I Lartësuari thotë: "Ne ua ndaluam atyre disa ushqime të mira, të cilat ishin të lejuara për ta, për shkak të gjynaheve që bënë, për shkak se ata pengonin shumë njerëz nga udha e Allahut, për shkak se merrnin kamatë, megjithëse kjo ishte e ndaluar për ta, dhe për shkak se ata përvetësonin padrejtësisht pasurinë e njerëzve. Jobesimtarëve midis tyre, Ne u kemi përgatitur një dënim të dhembshëm." [Nisa, 160-161]

Ndërsa këtij umeti Allahu i ndaloi veçse gjërat e këqija, të dëmshme dhe të pista. Ai ua ndaloi për t'i ruajtur dhe për t'i mbrojtur nga përdorimi i tyre. Kësisoj, nuk është logjike që ne t'i përdorim këto substanca për qëllime kurimi. Edhe nëse mund të duken se kanë ndonjë efekt te sëmundja, ato shkaktojnë sëmundje edhe më të rënda në zemër, sepse ato janë të papastra. Me fjalë të tjera, kush përdor haramet për kurim, mund ta shërojë sëmundjen e trupit, por do ta sëmurë më keq zemrën.

Nga ana tjetër, muslimanit i kërkohet që të heqë dorë nga gjërat që Allahu i Lartësuar i ka bërë haram, kështu që kur ai i përdor ato për mjekim, do të thotë që nuk ka hequr dorë prej tyre, siç ia

[1] Nesaiu, vëll. 7, 210; Ahmedi, vëll. 3, 453, 499, prej Abdurrahman ibn Othmanit, me *sened sahih*.

kërkon feja. Kjo bie në kundërshtim me vetë qëllimin e ndalesës.
Po ashtu, ajo çfarë Allahu e ka ndaluar konsiderohet si një sëmundje, siç e ka pohuar Sheriati nëpërmjet gjuhës së Profetit (s.a.u.s.), prandaj muslimanët nuk mund ta përdorin atë si ilaç.
Jo vetëm kaq, por substancat e ndaluara ndikojnë te zemra dhe shpirti, duke i bërë ato të papastra, përderisa substancat e ndryshme që njeriu konsumon ndikojnë në trupin e tij. Kur një substancë lë pasoja negative në trup, edhe natyra e trupit e përcjell këtë të keqe. Thënë ndryshe, nëse ilaçi ka një natyrë të keqe, edhe natyra e njeriut ndikohet për keq. I Lartësuari i ka ndaluar adhuruesit e Tij nga përdorimi i ushqimeve, pijeve dhe rrobave të ndyra, sepse ato japin efekte të këqija në trup dhe shpirt.

Nëse lejohet mjekimi me harame, atëherë kjo do të bëhet shtysë për më vonë që njeriu t'i marrë ato për të kënaqur nefsin dhe dëshirat e veta, sidomos kur zemra i pëlqen të tilla substanca. Pikërisht kështu ndodh kur zemra pandeh se këto substanca e shërojnë sëmundjen e trupit, prandaj ato bëhen më të dëshirueshme e të pëlqyeshme. Feja i ka mbyllur rrugët e përdorimit të harameve, duke na urdhëruar të largohemi prej tyre. Kësisoj, është absurde që, nga njëra anë, ajo të mbyllë shtigjet e harameve dhe, nga ana tjetër, të hapë portën e tyre në disa përdorime të tjera.

Substancat e ndaluara që njerëzit i përdorin në mjekësi shkaktojnë më tepër dëm sesa mund të shërojnë. Për shembull, nëna e të gjitha substancave të këqija, alkooli, të cilin Allahu nuk e ka bërë kurë apo ilaç, është tepër i dëmshëm për trurin, - i cili është kontrolluesi i trupit - sipas doktorëve dhe shumë dijetarëve të fikh-ut. Kështu, Hipokrati, duke folur për sëmundjet e rënda, thotë: "Alkooli ka efekt tejet negativ për trurin, sepse ai shkon menjëherë në tru bashkë me disa substanca të tjera të dëmshme që përmban trupi, duke e dëmtuar keq trurin." Ndërsa autori i librit *El Kamil* shkruan: "E veçanta e pijeve dehëse është se ato dëmtojnë trurin dhe sistemin nervor."

Ilaçet e palejueshme janë dy llojesh:

1. Ilaçe që janë të pështira dhe të cilat natyra (e njeriut) i ndien si të pështira. Si të tilla, ato nuk ndihmojnë aspak për largimin e sëmundjes, siç janë helmet e ndryshme, mishi i gjarpërinjve e pisllëqe të tjera. Këto janë të rënda për zemrën dhe barkun, prandaj janë më tepër sëmundje sesa shërim. Ka edhe disa ilaçe të tjera, që nuk janë të urryera në vetvete, si, për shembull, disa lëngje që pinë gratë shtatzëna.
2. Ilaçe të cilat nuk janë të pështira dhe natyra mund t'i pranojë, por që dëmi i tyre është më i madh se dobia. Në këtë rast, logjika gjykon që edhe ato janë dhe duhet të jenë haram, duke qenë kështu në përputhje me gjykimin e Sheriatit.

Ka edhe një të fshehtë tjetër prapa moslejimit të përdorimit të harameve si ilaçe. Që të bëhet i mundur shërimi nëpërmjet një ilaçi, duhet që natyra ta pranojë atë dhe të besojë fort në efektshmërinë e tij. Ajo duhet të ketë një bindje të fortë në begatinë që i Madhëruari ka vendosur në atë ilaç, sepse aty ku Zoti ka vendosur begati, pikërisht aty gjendet shërimi. Sa më e begatshme të jetë diçka, aq më i madh dhe i plotë është shërimi që ajo sjell. Po kështu, edhe njerëzit e begatshëm dhe të mirë, kudo që shkojnë, sjellin dobi dhe mirësi, me lejen e Zotit të Lartësuar. Muslimani, nga ana tjetër, beson se gjithçka që ka ndaluar Allahu nuk ka qenë e mirë ose e begatshme. Rrjedhimisht, ai nuk ka një mendim të mirë për substancën e ndaluar dhe sistemi i tij nuk e pranon atë.
Sa më i fortë të jetë besimi i robit, aq më tepër e urren haramin, duke besuar se ai është diçka e ndyrë. Kësisoj, nëse ai i përdor substanca të tilla, ato do të bëhen sëmundje dhe jo ilaç për të, veç nëse ai beson se ato janë të pastra dhe neveritja ndaj tyre zbehet. Për këtë arsye, besimtari i vërtetë nuk e pranon substancën e ndaluar, por e konsideron atë si sëmundje, përndryshe ai do të bjerë në kundërshtim me fenë e tij.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.)
për mjekimin nga morrat në kokë dhe për pastrimin e tyre

Në dy *Sahih*-ët shënohet se Kab Ibn Uxhrah ka thënë: "Njëherë, kur po vuaja shumë nga morrat në kokë, më çuan te Pejgamberi (s.a.u.s.). Ndërkohë, morrat më binin mbi fytyrë. Ai më tha: "Nuk

mendoja se po hiqje kaq shumë sa po të shoh!”.” Sipas një transmetimi tjetër, ai e urdhëroi Kabin që të rruante kokën dhe të ushqente gjashtë persona, ose të bënte kurban një dele, ose të agjëronte tri ditë (si kompensim për rruajtjen e kokës gjatë kohës kur ishte në ihram, në haxh).[1]

Morrat shfaqen në kokë ose në trup për dy arsye: të brendshme dhe të jashtme. Faktorë të jashtëm janë substancat e papastra që mund të bartë lëkura, ndërsa ata të brendshëm janë substancat që trupi nxjerr nëpërmjet lëkurës, të cilat më pas prishen për shkak të lagështirës në poret e lëkurës; pas kësaj, zhvillohen parazitët (që ushqehen me këto substanca të prishura). Shpeshherë, morrat shfaqen pasi njeriu kalon ndonjë sëmundje, pasi në këtë rast neglizhohet me pastërtinë. Viktimat tipike të këtyre parazitëve janë fëmijët, sepse ata zakonisht luajnë brenda dhe prekin sende që përmbajnë lagështi, dhe për shkak të natyrës së tyre të pakujdesshme. Kjo shpjegon pse Pejgamberi (s.a.u.s.) urdhëroi që djemtë e Xhaferit të rruanin kokën. Kjo është metoda më e mirë kundra morrave, pasi në këtë mënyrë lëkura e kokës shfaqet në diell dhe mundëson që vlagat e dëmshme të avullohen e thahen. Rrjedhimisht, koka merr kurën e nevojshme, e cila e pengon shumimin e morrave, madje i vret ata.

Rruajtja e kokës mund të bëhet për tri arsye: si rit fetar i ligjshëm, si një akt jofetar dhe politeist, dhe si mënyrë kurimi. Lloji i parë kryhet gjatë haxhit dhe umres, ndërsa lloji i dytë bëhet për qëllime të tjera veç Allahut.

Gjithashtu rruajtja e kokës është një akt përunjësie e adhurimi, pikërisht kur ajo bëhet vepra përmbyllëse e haxhit dhe e umres. Madje, imam Shafiu e ka konsideruar atë si një prej shtyllave të haxhit, pasi me këtë adhurim robi shpreh përulësinë para madhështisë së Zotit të tij. Ky është nga adhurimet e veçanta ndaj Zotit, dhe nuk lejohet që t’i përkushtohet dikujt tjetër veç Tij.

---

[1] Buhariu etj.

Në të kaluarën, kur arabët donin të poshtëronin robërit dhe skllevërit e tyre, dhe më pas t'u jepnin atyre lirinë, fillimisht ata ua rruanin kokat. Më vonë, u shfaqën disa mësues sharlatanë, të cilët kërkonin t'ia mvishnin vetes të drejtën e adhurimit dhe që synim kryesor kishin shërbimin ndaj bidatit dhe politeizmit. Këta gjoja dijetarë donin nga nxënësit që të kryenin akte adhurimi kushtuar atyre. Kështu, ata mësonin që nxënësit duhet të rruanin kokat për hir të mësuesve të tyre, njëlloj siç i nxisnin të bënin edhe një përkulje, duke i vënë këtij akti një emër tjetër dhe duke pretenduar se kjo nuk është "sexhde apo ruku", por thjesht një përkulje e kokës para mësuesit. Por, për Zotin e Madh, çfarë është sexhdeja për hir të Allahut, nëse nuk është përkulje e kokës para Tij?!

Jo vetëm kaq, por këta sharlatanë i joshin nxënësit që të zotohen në emër të tyre, të pendohen para tyre dhe të betohen gjithashtu në emër të tyre. Kjo nuk është gjë tjetër veçse adhurim i mësuesve si zota, veç Allahut të Lartësuar. Allahu thotë: "Nuk është (e mundur) për një njeri të cilit Allahu i ka dhënë Librin, dijen e gjerë dhe profetësinë, që t'u thotë njerëzve: 'Bëhuni robërit e mi dhe jo të Allahut'. Përkundrazi, ai thotë: 'Bëhuni robër të ditur të Zotit (që i zbatojnë porositë e Tij), sepse ua keni mësuar Librin të tjerëve dhe e mësoni edhe vetë!' Ai njeri nuk do t'ju urdhërojë që engjëjt dhe profetët t'i merrni për zota. Vallë, si mund t'ju urdhërojë ai të bëheni mohues, pasi i jeni nënshtruar Allahut?! [Ali Imran, 79-80]
Namazi është akti më i lartë i adhurimit, i përbërë nga fjalë dhe vepra që janë adhurime në vetvete, si: qëndrimi në këmbë, rukuja, sexhdeja etj. Por këtë adhurim, të cilin e meriton vetëm Allahu, sharlatanët dhe tiranët e përpjesëtuan dhe e ndanë për vete, mes njëri-tjetrit. Kështu, për shembull, mësuesit e udhëzimit të rremë kanë zgjedhur aktin më të lartë të namazit, sexhden, për veten e tyre. Disa, kinse dijetarë, kanë kërkuar që njerëzit të përkulen para tyre. Kur takojnë njëri-tjetrin, ata e përkulin trupin pikërisht ashtu siç bëhet rukuja në namaz.

Ndërsa tiranët kanë zgjedhur qëndrimin në këmbë. Ata kërkojnë nga njerëzit që të qëndrojnë në këmbë gjatë pranisë së tyre, në shenjë respekti për ta, ndërkohë që vetë rrinë ulur.

Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka ndaluar që këto vepra të kryhen për dikë tjetër veç Allahut, prandaj edhe veprimi i tyre konsiderohet si kundërshtim i qartë i udhëzimeve të tij. Për shembull, ai na ka ndaluar që të bëjmë sexhde për dikë tjetër veç Allahut, duke thënë: "Askush nuk duhet të bjerë në sexhde për ndonjë person!" Muadh ibn Xhebeli, kur u kthye nga Jemeni, i ra Profetit (s.a.u.s.) në sexhde, ashtu siç kishte parë popujt e tjerë që u binin në sexhde të mëdhenjve dhe udhëheqësve të tyre. Por Pejgamberi (s.a.u.s.) e ndaloi duke i thënë: "Mos ashtu!" Ndalesa e sexhdes për krijesat është e treguar qartë në Sunetin e Pejgamberit (s.a.u.s.), dhe çdokush që e lejon diçka të tillë thjesht ka kërkuar të diskutojë të drejtat e Allahut dhe të Profetit të Tij (s.a.u.s.).

Sexhdeja është një nga aktet thelbësore të adhurimit. Kur politeistët e lejojnë atë për krijesat, kjo do të thotë që ata lejojnë adhurimin e dikujt tjetër veç Allahut të Lartësuar. E si mund të jetë diçka e tillë e lejuar, kur Pejgamberi (s.a.u.s.) na ka ndaluar qoftë edhe nga përkulja e lehtë që njerëzit zakonisht bëjnë kur takohen me njëri-tjetrin?! Atë e kanë pyetur njëherë: - O i Dërguar i Allahut! Kur dikush takohet me vëllain e tij, a të përkulet lehtë për ta përshëndetur? - "Jo!" - tha ai. - A ta pushtojë dhe ta puthë atë? - "Jo!" - A t'i japë dorën? - "Po!" - tha ai.[1]

Përkulja e lehtë, që bëhet si përshëndetje, konsiderohet njëlloj si sexhdeja, sikurse kanë shpjeguar dijetarët ajetin kuranor që flet për urdhërimin që u bëri Allahu i Lartësuar Benu Israilëve që të hynin në qytet duke u përkulur: "…Hyni te portat *duke bërë sexhde…*" Në fakt, kjo fjalë nënkuptonte një përkulje të lehtë, sepse është e pamundur që të bësh sexhde dhe të hysh në një portë njëkohësisht.

Pejgamberi (s.a.u.s.), gjithashtu, e ka ndaluar qëndrimin në këmbë për dikë, ashtu siç veprojnë jomuslimanët. Madje, ai e ka ndaluar këtë akt edhe gjatë namazit, kur imami nuk qëndron dot në këmbë për shkak të ndonjë sëmundjeje, duke i urdhëruar muslimanët që

---

[1] Tirmidhiu, nr. 2729, etj.

të veprojnë ashtu si imami, megjithëse ata mund të jenë të shëndetshëm. Përndryshe, ata do të rrinin në këmbë, ndërkohë që imami do të ishte ulur, ndonëse qëndrimi i tyre në këmbë është për Allahun. Po kur ky qëndrim është për dikë tjetër veç Allahut?!
Injorantët e paudhëzuar i shoqërojnë të tjerë Allahut në adhurimet që kryejnë, duke u bërë sexhde dhe duke iu përkulur të tjerëve në vend të Tij. Në të njëjtën mënyrë, ata qëndrojnë në këmbë përpara krijesave, njësoj siç veprojnë kur falin namazin. Ata gjithashtu betohen, zotohen, rruajnë kokën, bëjnë kurbane, tavafe, dashurojnë, u frikësohen dhe u binden të tjerëve, ashtu siç bëjnë për Allahun, madje edhe më tepër. Ata e barazojnë Allahun, Zotin e botërave, të Cilin ata e adhurojnë, me krijesat. Ata të mjerë, duke barazuar Allahun me krijesat, janë armiq të hapur të ftesës dhe porosive të të gjithë të dërguarve të Zotit të Madhërishëm. Janë pikërisht këta të mjerë që, në Zjarrin e Xhehenemit, do të dëshpërohen dhe do ndëshkohen dhembshëm, e do të thonë duke u grindur me zotat e tyre të rremë në këtë botë: "Betohemi në Allahun! Ne kemi qenë krejtësisht të humbur, kur ju kemi barazuar me Zotin e botëve…" [Shuara, 97-98] Këta janë ata për të cilët i Madhëruari thotë gjithashtu: "E megjithatë, disa njerëz zgjedhin (për të adhuruar) në vend të Allahut (zota) të tjerë, (duke i konsideruar) si të barabartë me Atë dhe duke i dashur siç duhet Allahu. Por ata që besojnë e duan shumë më tepër Allahun (sesa ç'i duan idhujtarët idhujt e tyre). Sikur keqbërësit të shihnin që tani çastin kur të përballen me ndëshkimin, do ta kuptonin se e tërë fuqia i përket Allahut dhe se dënimi i Tij është fort i ashpër. Ah, sikur ta shihnin çastin kur të adhuruarit do t'i braktisin adhuruesit e tyre, kur të gjithë do të shohin dënimin e midis tyre do të këputet çdo lidhje. Atëherë adhuruesit do të thonë: 'Ah, sikur të ktheheshim edhe një herë (në jetën e Tokës) e t'i braktisnim ata, ashtu siç na braktisën ne!' Kështu, Allahu do t'ua tregojë veprat e tyre si burim hidhërimi për ta dhe ata s'kanë për të dalë kurrë nga Zjarri." [Bekare, 165-167]
Të gjitha këto janë vepra të idhujtarisë dhe dihet se Allahu i Lartësuar gjithçka e fal, por jo idhujtarinë.
Vërtet dolëm pak nga tema për të cilën po flisnim, por kjo është më e rëndësishme se tema në fjalë.

Allahu i jep mirësi dhe sukses atij që dëshiron.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për trajtimin e prekjes nga syri i keq

Imam Muslimi sjell në *Sahih*-un e tij rrëfimin prej Ibn Abasit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Syri i keq është i vërtetë. Nëse do të kishte diçka që do ta kapërcente kaderin, ai do të ishte syri i keq."[1]

Po në *Sahih*-un e imam Muslimit është rrëfimi i Enesit, i cili dëshmon se Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka lejuar bërjen e rukjeve kundra etheve, syrit të keq dhe kundra plagëve.[2]

Në dy *Sahih*-ët është rrëfimi i Ebu Hurejrës, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Syri i keq është i vërtetë."[3]

Në *Sunen*-in e Ebu Daudit është rrëfimi i Aishes (Allahu qoftë i kënaqur prej saj!), e cila ka thënë: "Në atë kohë [pra, në kohën e Profetit (s.a.u.s.)], ai që merrte mësysh dikë, urdhërohej që të merrte abdes dhe me atë ujë lagej personi i prekur nga syri."[4]

Në dy *Sahih*-ët është ky rrëfim i Aishes (Allahu qoftë i kënaqur prej saj!): "Pejgamberi (s.a.u.s.) më urdhëroi mua, ose na urdhëroi, që të bëjmë rukje për të larguar syrin e keq."[5]

Tirmidhiu gjithashtu ka përmendur hadithin e Sufjan ibn Ujejnes, i cili e përcjell prej Amr ibn Dinarit, ky prej Amr ibn Amirit, ky nga Ubejd ibn Rifa'ah El Zurki, që tregon se Esma bintu Umejsi i tha njëherë Pejgamberit (s.a.u.s.): - O Pejgamber! Fëmijët e Xhaferit preken shpesh nga syri i keq! A të kërkoj që t'u bëjnë rukje atyre? - Ai tha: - "Po. Nëse do të ekzistonte diçka që do t'i paraprinte

---

[1] Muslimi, nr. 2188, në kapitullin *El Selam*, tema: *Mjeksia, sëmundja dhe rukjet*.
[2] Muslimi, nr. 2196.
[3] Buhariu, vëll. 10, 173; Muslimi, nr. 2187.
[4] Ebu Daudi, nr. 3880, me *sened* të saktë.
[5] Buhariu, vëll. 10, 169-170; Muslimi, nr. 2195.

caktimit të Zotit, ai do të ishte syri i keq." Tirmidhiu për këtë hadith ka thënë që është i mirë e i saktë.[1]

Imam Maliku (Allahu e mëshiroftë!) përcjell prej Ibn Shihabit, ky prej Umameh ibn Sehl ibn Hunejfit, që tregon: "Amir ibn Rabiah, kur pa njëherë Sehl ibn Hunejfin duke u larë, tha: "Për Zotin, nuk kam parë as lëkurë virgjëreshe që të jetë më e butë sesa kjo!" Menjëherë pas kësaj, Sehli ra përdhe. Atëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) i shkoi Amirit dhe, me zemërim e një ton qortues, i tha: "Përse ndonjëri prej jush e vret vëllain e vet?! Pse nuk u lute për begati për të (duke thënë: *Barekall-llah!*)? Shko lahu tani për të!" E kështu, Amiri lau fytyrën, të dyja duart, dy llërët, dy gjunjët, dy këmbët dhe pjesën e brendshme të izarit të tij në një enë. Pastaj e lagu Sehlin me këtë ujë, dhe ai vazhdoi jetën së bashku me njerëzit e tjerë."[2]

Imam Maliku e përcjell këtë hadith edhe prej Muhamed ibn Ebu Umames, djali i Sehlit, i cili e përcjell nga i ati, pra, nga vetë Sehli. Në të, ndër të tjera, thuhet se Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha Amrit: "Syri i keq është i vërtetë. Merr abdes për të (pra, për të larë Sehlin me ujin e abdesit të tij)!"[3]

Abdurrezaku përcjell prej Muamerit, ky prej Ibn Tausit, ky prej të atit, i cili përcjell këtë hadith, me *sened* deri te Pejgamberi (s.a.u.s.): "Syri i keq është i vërtetë. Nëse do të ekzistonte ndonjë gjë që do ta paraprinte kaderin, ai do të ishte syri i keq. Prandaj, nëse dikujt prej jush i kërkohet të lahet (që me ujin e tij të spërkatet i sëmuri), le të lahet!"[4]

---

[1] Tirmidhiu, nr. 2059; Ahmedi 6, 438; Ibn Maxhe, nr. 3510, me *sened* të mirë.
[2] Maliku në *El Mueta*, vëll. 2, 938.
[3] Maliku në *El Mueta*, vëll. 2, 938; Ibn Maxhe, nr. 3509; Ahmedi vëll. 3, 486-487, përmes Zuhriut. *Sened*-i është i saktë. Këtë hadith e ka përcaktuar si të saktë edhe Ibn Hibani, nr. 1424.
[4] Abdurrezzaku në *Musannef*. Ky *sened* është *mursel*. Megjithatë, imam Muslimi, në *Sahih*-un e tij, nr. 2188, e ka sjellë atë me *sened* të plotë deri te Profeti (s.a.u.s.). Hadithin e ka përmendur Bejhakiu në *Sunen*, vëll. 9, 352.

Imam Tirmidhiu shpjegon: "Personi i cili ka marrë mësysh dikë, urdhërohet që të fusë dorën në një enë me ujë, të marrë ujë në gojë dhe ta vërtisë, pastaj ujin ta pështyjë sërish në enë. Në këtë enë ai duhet të lajë më pas fytyrën e tij, pastaj të fusë aty dorën e majtë dhe me ujin e enës të lagë gjurin e djathtë, në mënyrë të tillë që uji të bjerë brenda enës. Pas kësaj, të fusë dorën e djathtë në enë dhe me ujin e saj të lagë gjurin e majtë, në mënyrë që uji të bjerë brenda enës. Pastaj, brenda kësaj ene të lajë rrobën e tij. Gjatë gjithë kësaj kohe, uji nuk duhet të bjerë në tokë. Më pas, ky ujë i hidhet nga pas e në kokë atij që është marrë mësysh, një herë të vetme."[1]

Ka dy lloje syri të keq: lloji i shkaktuar nga njeriu dhe ai i shkaktuar nga xhindët. Sipas një transmetimi të saktë, Ummu Seleme tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.), një ditë, kur pa në shtëpinë e saj një shërbëtore, fytyra e së cilës kishte një pamje të nxirosur, tha: "Kërkoni dikë që t'i bëjë rukje asaj, sepse ajo është prekur nga syri i keq."[2] Husein ibn Mesud El Ferai, në shpjegim të këtij hadithi, thotë se flitet për syrin e keq që vjen nga xhindët. Pra, ajo qe marrë mësysh nga vështrimi i xhindit.[3]

Prej Xhabirit vjen një hadith me *sened* të plotë deri te Pejgamberi (s.a.u.s.), me këto fjalë: "Me të vërtetë, mësyshi e fut njeriun në varr dhe devenë në tenxhere (për gatim)."[4]

Nga Ebu Seidi përcillet se Pejgamberi (s.a.u.s.) kërkonte mbrojtje tek Allahu që ta ruante nga e keqja e xhindëve dhe nga syri i keq i njerëzve.[5]

Disa njerëz, të cilët kanë mangësi në të kuptuar, në shikim dhe në të dëgjuar, e mohojnë faktin se syri i keq mund të dëmtojë, duke

---

[1] Bejhakiu në *Sunen*, vëll. 9, 352.
[2] Buhariu, vëll. 10, 171-172, në kapitullin: *Mjekësia*; Muslimi, nr. 2197.
[3] Shih *Sherhu Suneh*, vëll. 13, 163.
[4] Ky është një hadith i dobët, të cilin e ka përnxjerrë Ebu Naimi në *El Hilje*, vëll. 7, 90; Ibn Adiju El Hatibi në *Tarih*, vëll. 9, 244, prej Xhabir ibn Abdullahit.
[5] Tirmidhiu, nr. 2059; Nesaiu, vëll. 8, 271; Ibn Maxhe, 3511. Tirmidhiu e ka gjykuar si hadith të mirë. Në fund të këtij hadithi thuhet se: "…kur u shpallën suret *Felek* dhe *Nas*, ai nisi të përdorte ato dhe la gjithçka tjetër".

pretenduar se kjo është një besëtytni e kotë, e pavërtetë. Në fakt, këta janë ndër njerëzit më injorantë, të cilët kanë perceptimin më të dobët dhe mendjen më të trashë. Ata janë më të padituri rreth fushës së shpirtrave dhe ndikimit të tyre në botën fizike.

Mendjet më të ndritura të çdo populli nuk e vënë në diskutim që syri i keq është i vërtetë, ndonëse kanë qëndrime të ndryshme për shkaktarët dhe ndikimet e tij. Kështu, disa shpjegojnë se njeriu që godet tjetrin me syrin e keq ka smirë dhe djallëzi në zemër, ndjenja të cilat shndërrohen nga syri në rreze agresive, ashtu siç bën një lloj gjarpri, i cili e asgjëson prenë e tij vetëm duke e vështruar me sy.

Një grup tjetër mendon se ka shumë mundësi që nga njeriu të rrezatohen energji apo rryma të padukshme, të cilat depërtojnë në trupin e tjetrit dhe e dëmtojnë atë.

Një grup tjetër thotë që, kur personi që merr mësysh sheh një person tjetër, është Allahu që bën të mundur që tjetri të dëmtohet. Është Allahu Ai që e krijon dëmtimin, dhe jo syri apo shpirti i personit. Por ky është mendimi i atyre që e mohojnë ekzistencën e disa forcave shpirtërore, që veprojnë në këtë botë.

Allahu ka krijuar disa forca të veçanta te disa krijesa, të cilat kanë ndikim të madh në krijesa të tjera. Për shembull, shpirti ka një ndikim aq të thellë në trup, saqë askush nuk mund ta mohojë. A nuk e keni parë ju se si fytyra e një personi të turpshëm skuqet e bëhet flakë kur sheh me sy diçka që nuk i përshtatet atij, apo se si zverdhet kur sheh diçka që e frikëson? Po ashtu, ju mund të dëshmoni vetë se si ndikon syri i keq te njerëzit dhe se si e ligështon trupin që ai prek.

Mësyshi është në fakt efekti që lë shpirti te viktima. Shpirtrat dallojnë nga njëri-tjetri prej thelbit, fuqive, vetive dhe cilësive të tyre. Kësisoj, shpirti i një smirëziu mund ta dëmtojë keq viktimën e tij, prandaj Allahu e urdhëroi Profetin (s.a.u.s.) që të kërkonte mbrojtjen e Tij nga syri i keq.

Ndikimin negativ që lë ziliqari te objekti i zilisë askush nuk mund ta mohojë, përveç atyre që janë tepër larg së vërtetës. Është fakt se si shpirti smirak e prek aq keq njeriun që ai ka smirë, saqë e lëndon rëndë atë. Në të njëjtën mënyrë, gjarpri helmues egërsohet e xhindoset aq shumë kur përballet me armikun, saqë lë një efekt të veçantë mbi viktimën, duke shkaktuar ndonjëherë abortim të fetusit ose edhe verbim. Vetë Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë që gjarpërinjtë me bisht të shkurtër dhe ato me vija kanë aftësi të shkaktojnë verbim ose dështim të shtatzënisë."[1]

Këto ndikime që përmendëm nuk janë të kufizuara vetëm te kontaktet fizike, siç mund të mendojnë disa që kanë njohuri të pakta rreth natyrës dhe fesë. Përkundrazi, efektet mund të shkaktohen nga kontakti fizik, nga shikimi, nga shpirti që sulmon viktimën me fuqitë e veta, nga imagjinata dhe oguret e zeza, e kështu me radhë.

Smiraku mund të jetë edhe i verbër, por kur dikush i përshkruan atij diçka, shpirti ziliqar ndikon te objekti i përshkruar duke e dëmtuar atë, edhe pse i verbëri nuk mund ta shohë me sy atë. Allahu i Lartësuar i thotë të Dërguarit të Tij (s.a.u.s.): "Ata që nuk besojnë, gati sa nuk të 'hanë' ty me shikimet e tyre, kur dëgjojnë Përkujtuesin (Kuranin)…." [Kalem, 51-52]. Ose: "Thuaj: Kërkoj mbështetje te Zoti i agimit, që të më mbrojë nga e keqja e gjithçkaje që Ai ka krijuar dhe nga e keqja e natës, kur kaplon terri dhe nga e keqja e falltarëve, që fryjnë në nyje (duke bërë magji) dhe nga e keqja e smirakut, kur vepron me smirë."

Çdo person që merr mësysh është smirak, por jo çdo smirak të merr mësysh. Kështu, smira e përfshin syrin e keq në kuptimin e saj të përgjithshëm, dhe kërkimi i mbrojtjes prej saj e përfshin edhe kërkimin e mbrojtjes prej syrit të keq.

---

[1] Buhariu, në kapitullin *Fillesat e krijimit*, tema: "Shpjegimi i fjalës së Allahut: *Ai shpërndau në to (qiej dhe tokë) krijesa të çdo lloji*"; Muslimi, me numër 2233, prej Ibn Omerit.

Syri i keq përfshin hedhjen e shigjetave të smirës, të cilat nisen nga zemra dhe shpirti ziliqar, në drejtim të personit që shihet me zili, duke e humbur ndonjëherë shenjestrën. Nëse objekti është i pambrojtur dhe i papërgatitur, atëherë ai do të plagoset nga syri i keq. Nëse ai është i përgatitur dhe i mbrojtur, shigjetat mund t'i kthehen mbrapsht atij që i ka lëshuar. Kjo është njëlloj siç ndodh me hedhjen e shigjetave të vërteta, vetëm se, në këtë rast, këto goditje bëhen nëpërmjet shpirtit. Syri i keq nis kur personi i zilepsur pëlqen diçka, pastaj vijon me mendimet dhe dëshirat e këqija, dhe kështu deri sa syri i keq prek objektin që e ka zili.

Mund të ndodhë që njeriu të hajë mësysh edhe veten, gjë që vjen nga zilia më e keqe që ekziston. Ndonjëherë, dikush mund t'i prekë të tjerët me sy vetëm për shkak të natyrës së tij ziliqare. Disa nga dijetarët tanë thonë se të tillë ziliqarë duhet të izolohen dhe t'u jepet çfarë kanë nevojë, deri sa të vdesin.

Trajtimi i prekjes nga syri i keq

Ebu Daudi ka sjellë në *Sunen*-in e tij një hadith prej Sehl ibn Hunejfit, i cili ka thënë: "Njëherë, po kalonim pranë një përroi dhe unë hyra në të për t'u larë. Por, kur mbarova së lari, më zunë ca ethe. Kur e njoftuan Profetin (s.a.u.s.) për këtë, ai tha: "Urdhërojeni Ebu Thabitin (d.m.th. Sehlin) që të bëjë rukje (për t'u shëruar)!" Unë i thashë: "O zotëria im! A ka dobi prej rukjeve?" Ai tha: "Nuk ka rukje për gjë tjetër, por veçse për kundra syrit të keq, etheve dhe kafshimeve (ose thumbimeve) helmuese."

Ka disa lloje rukjesh fetare, si, për shembull, këndimi i sures *Fatiha*, i dy sureve mbrojtëse (*Felek* dhe *Nas*), ajeti *Kursij* etj. Përveç këtyre, ka edhe disa lutje profetike, si:

- "*Eudhu bi kelimatil-lahit-tam-mati min sherri ma halek!*" (Kërkoj mbrojtje me fjalët e përsosura të Allahut prej së keqes së çdo gjëje që Ai ka krijuar!)

- "*Eudhu bi kelimatil-lahit-tam-me min kul-li shejtanin ue ham-meh, ue min kul-li ajnin lam-meh!*" (Kërkoj mbrojtje me fjalët e përsosura të

Allahut prej së keqes së çdo shejtani dhe krijese dëmtuese, dhe prej të keqes së çdo syri të keq!)

- "*Eudhu bi kelimatil-lahit-tam-mat, Eel-leti la iuxhauizuhun-ne ber-run, ue la faxhir min sherri ma halaka, ue dhera'e, ue bera'e ue min sherri ma jenzilu mines-semai, ue min sherri ma jea'ruxhu fiha, ue min sherri ma dhera'e fil erdi, ue min sherri ma jehruxhu minha, ue min sherri fitenil-lejli uen-nehar ue min sherri tauarikil-lejli, il-la tarikan jetruku bi hajrin, ja Rrahman!*" (Kërkoj mbrojtje me fjalët e përsosura të Allahut, të cilat nuk mund t'i thyejë dhe kthejë pas as të mirët as të këqijtë, nga sherri i çdo gjëje që Ai ka krijuar, nga sherri i çdo gjëje që zbret nga qielli, nga sherri i çdo gjëje që ngjitet në të, nga sherri i çdo gjëje që hyn në tokë, nga sherri i çdo gjëje që del prej saj, nga sherri i çdo fatkeqësie të natës dhe të ditës, nga sherri i trokitësve të natës, përveç trokitësve për mirë, o Mëshirues!)

- "*Eudhu bi kelimatil-lahit-tam-meh, min gadabihi ue ikabih, Ue min sherri ibadihi, ue min hemezati shejatin, ue en jahdurun!*" (Kërkoj mbrojtje me fjalët e përsosura të Allahut prej zemërimit dhe ndëshkimit të Tij, nga sherri i krijesave të Tij, nga sherri i cytjeve të shejtanëve dhe që ata të më afrohen!)

- "*Allahume, in-ni eudhu bi uexhhikel kerim, ue kelimatike tam-mati min sherri ma ente ahidhun bi nasijetih! Allahume, ente tekshiful me'theme uel magrame! Allahume, in-nehu la juhzemu xhunduke ue la juhlefu ua'duke! Subhaneke ue bi hamdike!*" (O Allah! Unë kërkoj mbrojtje me dritën e Fytyrës Tënde të nderuar, me fjalët e Tua të përsosura, që të më ruash prej sherrit i cili nuk godet pa lejen Tënde! O Allah! Ti je Ai që të shpëton prej gjynaheve dhe humbjes! O Allah! Nuk ka dyshim se ushtarët e Tu nuk mund të mposhten kurrë dhe premtimi Yt nuk mund të thyhet kurrë! I Dëlirë je dhe falënderimet të takojnë Ty!)

- "*Eudhu bi uexh'hil-lahil Adhim, el-ledhi la shej'e ea'dhame minhu! Ue bi kelimatihi tam-mati, El-leti la juxhauizuhun-ne ber-run, ue la faxhirun ue esmail-lahil husna, ma alimtu minha, ue ma lem ea'lem min sherri ma haleka, ue dhera'e, ue bera'e, ue min sherri kul-li dhi sherrin la*

utiku sher-rahu, ue min sherri kul-li dhi sherrin ente ahidhun bi nasijetih. In-ne Rabbi ala siratin mustekim!" (Kërkoj mbrojtje me dritën e Fytyrës së Allahut të Madhërishëm, i Cili është më i madh se gjithçka tjetër; dhe me fjalët e përsosura të Tij, të cilat nuk mund t'i tejkalojë dhe shkelë as të mirët dhe as të këqijtë; dhe me emrat e bukur të Allahut, - me ata emra që i di dhe me ata të cilët unë nuk i di - që të më ruajë nga sherri i çdo gjëje që ka krijuar, që e ka shtuar dhe shpërndarë në gjithësi, që të më ruajë nga çdo gjë që përmban ligësi, të cilën nuk mund ta përballoj dot, që të më ruajë nga çdo gjë që përmban ligësi, e cila kurrë nuk mund të veprojë pa lejen Tënde! Vërtet, Zoti im është në rrugë të drejtë!)

- *"Allahume ente Rab-bi! La ilahe il-la Ente! Alejke teuek-keltu, ue Ente Rabbul Arshil adhim! Ma shaell-llahu kane, ue ma lem jeshe' lem jekun! La haule ue la ku-uete il-la bil-lah! Ea'lemu en-nell-llahe ala kul-li shej'in kadir! Ue en-nell-llahe kad ehata bi kul-li shej'in ilma! Ue ahsa kul-le shej'in adeda!"* (O Allah! Ti je Zoti im! Nuk ka të adhuruar tjetër me meritë veç Teje! Tek Ti jam mbështetur plotësisht dhe Ti je Zoti i Arshit madhështor! Ajo që Zoti dëshiroi, ekzistoi, dhe ajo që Zoti nuk e dëshiron, nuk mund të ekzistojë! Nuk ka ndryshim të gjendjes dhe nuk ka forcë ndryshe, veçse me ndihmën e Allahut! Jam plotësisht i bindur se Allahu është i Plotpushtetshëm për gjithçka dhe, pa dyshim, Allahu ka përfshirë gjithçka në dijen e Tij absolute! Dhe Ai çdo gjë e ka përcaktuar me saktësi!)

- *"Allahume, in-ni eudhu bike min sherri nefsi ue sherri Shejtani ue shirkihi Ue min sherri kul-li dab-betin, Ente ahidhun bi nasijetiha! In-ne rab-bi ala siratin mustekim!"* (O Allah! Unë kërkoj mbrojtje tek Ti që të më ruash nga sherri dhe ligësia e vetes sime, nga sherri i Shejtanit dhe politeizmi i tij, dhe nga sherri i çdo kafshe, Krijuesi dhe Sunduesi i së cilës je Ti! Vërtet, Zoti im është në rrugë të drejtë!)

Ose mund të thotë këtë lutje:

- *"Tehas-santu bil-lahil-ledhi, la ilahe il-la hu! Ilahi ue ilahu kul-li shej'in! Ue'tesamtu bi rab-bi ue rab-bi kul-li shej'in! Ue teuek-keltu alel*

haj-jil-ledhi, la jemut! Ue istedfea'tu sher-ra bi la haule ue la ku-uete il-la bil-lah! Hasbijell-llahu ue ni'mel uekil! Hasbije rab-bu minel ibad! Hasbijel haliku minel mahluk! Hasbijel raziku minel merzuk! Hasbijel-ledhi hue hasbi!" (I kërkoj mbrojtje Allahut, përveç të Cilit nuk ka zot tjetër me meritë! Ai është Zoti im dhe Zoti i çdo gjëje! Unë i kërkoj mbrojtje dhe ruajtje Zotit tim, Zotit të çdo gjëje! I jam mbështetur plotësisht të Gjallit, i Cili nuk vdes kurrë! Unë e largoj të keqen që më kanoset me: '*Nuk ka ndryshim të gjendjes dhe as fuqi veçse me ndihmën e Allahut!'* Më mjafton mbrojtja e Allahut dhe Ai është më i miri ndihmues! Më mjafton Allahu kundrejt sherrit të robërve të Tij! Më mjafton Krijuesi kundrejt sherrit të krijesave! Më mjafton Furnizuesi kundrejt sherrit të të furnizuarve! Më mjafton Ai kundrejt të mjaftueshmes!)

- "*Hasbijel-ledhi bi jedihi melekutu kul-li shej'i, ue hue juxhiru ue la juxharu alejhi! Hasbijell-llahu ue kefa! SemiAllahu limen dea lejse uerael-llahi merma! Hasbijell-llahu, la ilahu il-la hue, alejhi teuek-keltu, ue hue Rab-bul Arshil adhim!"* (Më mjafton Allahu, Ai në dorën e të Cilit është pushteti dhe zotërimi i gjithçkaje, Ai që mund të të ofrojë strehim dhe mbrojtje prej çdo gjëje, dhe askush nuk mund të të strehojë dhe të të mbrojë prej Tij. Më mjafton Allahu dhe mjafton Ai si mbrojtës dhe ndihmëtar! Allahu e dëgjon atë që i lutet! Përveç Allahut, askujt nuk mund t'i lutesh! Më mjafton mua Allahu, Ai është i vetmi i Adhuruar me meritë, Atij i jam mbështetur për ruajtje dhe mbrojtje, Ai është Zoti i Fronit madhështor!)

Ata që i provojnë këto rukje dhe lutje domosdo që kanë për ta kuptuar vlerën dhe dobinë e tyre e, rrjedhimisht, do ta njohin nevojën e madhe për to. Këto lutje të mbrojnë nga ndikimi i syrit të keq, por edhe nëse je prekur nga ai, këto lutje, - me lejen e të Gjithëmëshirshmit - i largojnë pasojat e tij. Por të mos harrojmë edhe faktin që ndikimi dhe dobia e këtyre lutjeve varet nga shkalla e imanit të personit përkatës, nga forca shpirtërore dhe nga mbështetja e tij (tek Allahu). Këto lutje janë armë shumë të fuqishme, por efekti i tyre varet nga aftësia e atij që i përdor.

Nëse dikush e di që mund të dëmtojë veten dhe të tjerët me syrin e keq, ai duhet ta largojë këtë ndikim të keq, duke u lutur: "*Allahume, barik alejhi!*" (O Allah, begatoje atë dhe shtoja të mirat!). Kështu e këshilloi Pejgamberi (s.a.u.s.) Amir ibn Rabian kur ai mori mësysh Sehl ibn Hunejfin: "Pse nuk u lute për begati për të (duke thënë: '*Tebarekallah*!')?"
Mund të thuash gjithashtu: "*Ma'shallah, la kuuete il-la bil-lah!*" (Çfarë dëshiron Allahu bëhet. Nuk ka forcë tjetër, por veçse me ndihmën e Allahut!)

Hisham ibn Urve përcjell se i ati, sa herë që shihte ndonjë gjë që i pëlqente apo kur hynte në ndonjë kopsht të bukur dhe të begatshëm, thoshte: "*Ma'shallah, la kuuete il-la bil-lah!*"

Këtu mund të përmendim edhe rukjen që Xhibrili (s.a.u.s.) i bëri Profetit (s.a.u.s.), dëshmi që e sjell Muslimi në *Sahih*-un e tij: "*Bismil-lahi erkike, min kul-li shej'in ju'dhike, ue min sherri kul-li nefsin, eu ajni hasidin! Allahu jeshfike! Bismil-lahi erkike!*" (Me emrin e Allahut të bëj rukje, për të të ruajtur nga çdo gjë që të dëmton dhe prej së keqes së çdo shpirti [të keq], apo syrit të çdo syri smirak! Allahu të shëroftë! Me emrin e Allahut të bëj rukje!)

Madje, një grup selefësh janë shprehur të mendimit se nuk ka asnjë të keqe që t'i shkruash diku ajetet kuranore dhe t'i lash me ujë, pastaj këtë ujë ta përdorësh për kurimin e syrit të keq. Kështu ka këshilluar edhe Muxhahidi, edhe Ebu Kalabe. Transmetohet se Ibn Abasi, për të kuruar një grua së cilës po i vështirësohej lindja e fëmijës së saj, urdhëroi që të shkruheshin ajete prej Kuranit dhe, pasi të laheshin me ujë, ky ujë të pihej nga ajo dhe të lahej me të. Po kështu, Ejubi ka thënë: "E kam parë Ebu Kalaben që shkroi ajete kuranore, i lau ato me ujë, dhe ujin ia dha ta pinte një burri që ankohej nga një sëmundje."

Ndërsa ai që merr mësysh të tjerët urdhërohet që të lajë gjymtyrët e abdesit dhe fundin e rrobës së vet, - ose organin seksual, sipas një mendimi - nga ana e djathtë. Me këtë ujë, ai pastaj spërkat

njëherë të vetme në pjesën e pasme e kokës, atë që ka marrë mësysh.
Ky është një lloj mjekimi që doktorët nuk mund ta arrijnë me ilaçet e tyre. Nga ana tjetër, ata që nuk i pranojnë këto metoda nuk mund të përfitojnë prej tyre, sepse ata nuk besojnë në rezultatin që sjellin rukjet. Përderisa doktorët nuk arrijnë të shpjegojnë shumë dukuri natyrore të kësaj bote, atëherë përse hipokritët nga mesi i tyre e refuzojnë këtë rol dhe efekt të mjeteve fetare?

Në fakt, larja me ujë sjell një rezultat pozitiv, i cili dëshmohet edhe nga përvoja. Në të njëjtën mënyrë, zemërimi pastrohet ose largohet nga zemra, nëse dikush i vë duart mbi gjoksin e personit të zemëruar. Kjo është njëlloj sikur një njeri me pishtar në dorë orvatet që ta hedhë atë drejt teje, ndërsa ti i kundërpërgjigjesh duke hedhur ujë në drejtim të pishtarit, derisa arrin ta shuash atë.
Po ashtu, Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka urdhëruar atë që merr mësysh që t'i lutet Allahut që të bekojë çdo gjë që ai ka parë, në mënyrë që ndjenjat e këqija që ai kalon të zëvendësohen nga lutja, e cila është një lloj bamirësie.

Kura duhet t'i përputhet sëmundjes, që ajo të ketë efekt mbi të. Ndodh që kur dikush merr mësysh dikë, disa lloje forcash (energjish) shfaqen në skajin e fundmë të rrobës së tij - ose te organi seksual, siç e thamë më lart, - të cilat më pas kalojnë te personi i marrë mësysh. Kur kjo pjesë lahet me ujë, pastrohet edhe nga këto forca negative.

Megjithatë, siç e kemi thënë edhe njëherë, kjo çështje lidhet shumë edhe me shpirtrat e këqij, të cilëve ua pengon të ligën nëse i lan me ujë. Larja me ujë mund të shërbejë edhe për të freskuar zemrën, duke kuruar kështu personin që mendohet se ka marrë mësysh.
Ndonjëherë, kur dikush kafshohet nga ndonjë insekt helmues dhe, pas kësaj, insekti vritet, ky person i kafshuar ndien njëfarë çlirimi. Kjo mbase ndodh sepse ai gëzohet që insekti u vra, dhe ky ngazëllim ndihmon që helmimi të shërohet më shpejt.

Shkurtimisht, kur personi që merr mësysh të tjerët lahet, e liga që ai ka menduar ose ndierë pastrohet nga uji i përdorur.

Dikush mund të pyesë: Le ta pranojmë që larja me ujë ndihmon 'agresorin', po për viktimën e syrit të keq çfarë mund të themi?

Ne themi se hedhja e ujit mbi viktimën ndihmon për të zbutur efektet e syrit të keq mbi të, njëlloj siç largon mendimet e liga nga zemra e atij që ka marrë mësysh. Uji, i cili përdoret për të ftohur hekurin e nxehtë, shërben mjaft herë edhe në mjekësi, si mjet kurimi, dhe doktorët janë në pajtim me këtë. Është e logjikshme që një pjesë e ujit të përdorur për të shuar syrin e keq të 'agresorit' të përdoret për të larguar pasojat e syrit të keq te viktima.

Për këtë arsye, të krahasosh mjekësinë e Profetit (s.a.u.s.) me mjekësinë profesioniste është sikur të krahasosh mjekësinë profesioniste me mjekësinë popullore (amatore). Megjithatë, edhe ky krahasim është larg realitetit, sepse dallimi mes profetëve dhe doktorëve është shumë herë më i madh se dallimi mes doktorëve të kualifikuar dhe mjekëve amatorë.

Ju duhet ta keni vënë re tashmë lidhjen vëllazërore mes fesë dhe urtësisë, dhe faktin se ato asnjëherë nuk e kundërshtojnë njëra-tjetrën. Allahu udhëzon në rrugë të drejtë atë që Ai dëshiron dhe ua hap portën e suksesit atyre që trokasin në to. Vetëm prej Tij vijnë begatitë dhe provat e pamohueshme.

***

Mbrojtja nga syri i keq bëhet edhe më e suksesshme nëse i fsheh mirësitë që gëzon nga sytë e njerëzve. Për shembull, El Begavi shënon në librin e tij se kur Othmani (Allahu qoftë i kënaqur prej tij!) pa njëherë një djalosh të vogël shumë të bukur dhe të lezetshëm, urdhëroi: "Ngjyejani atij gropëzën e mjekrës me të zezë, që të mos e marrin mësysh!" Ndërsa El Hatabi thotë në librin e tij kështu: "Rrëfehet se, njëherë, kur Othmani pa një djalosh të vogël mjaft të bukur, tha: "Mbulojani gropëzën e mjekrës atij me

bojë të zezë!" Othmani, pra, kërkoi që fëmijës t'i ngjyhej me të zezë gropëza e mjekrës, me qëllim që të mos prekej nga syri i keq.

***

Një lutje tjetër që ndihmon për t'u ruajtur nga syri i keq përcillet nga Ebu Abdullah El Tajjahi. Ky po shkonte në haxh - ose në xhihad - hipur mbi një deve të mirë. Asokohe ishte një burrë, i cili, po të shihte diçka me sy, do ta rrëzonte përtokë. Kështu, Ebu Abdullahit i thanë: "Ruaje devenë nga syri i atij njeriu!" Por ai ua ktheu: "Asgjë nuk mund ta prekë devenë time!" Ia përcollën këtë përgjigje njeriut që merrte mësysh dhe ai, si reagim, priti rastin kur Ebu Abdullahi të mos ishte i pranishëm dhe vështroi devenë e tij, e cila ra menjëherë barkazi. Më pas, kur erdhi Ebu Abdullahi dhe i kallëzuan se ai personi ia kishte marrë mësysh devenë, si edhe kur pa devenë që lëngonte, tha: "Ma tregoni kush është ai!" E kështu, kur ia treguan, ai tha: "*Me emrin e Allahut, Kontrolluesit që bën zap shkëmbin e fortë dhe yllin flakërues! Unë lutem që syri i keq t'i kthehet personit nga i cili doli dhe njerëzve më të shtrenjtë të tij. (Pastaj ai citoi një ajet kuranor): "Ai ka krijuar shtatë qiej njërin mbi tjetrin. Nuk mund të gjesh në krijimin e të Gjithëmëshirshmit kurrfarë ceni. Hidhe vështrimin: a sheh ndonjë plasaritje? Pastaj hidhe sërish vështrimin; sytë e tu do të kthehen të lodhur e të molisur*." [Mulk, 3-4]

Menjëherë pas kësaj lutjeje, njeriu me sy të keq u verbua, ndërsa deveja u shërua.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për kurimin e sëmundjeve nëpërmjet rukjeve dhe lutjeve

Muslimi sjell në *Sahih*-un e tij një hadith që tregohet prej Ebu Seid El Hudriut, se njëherë, Xhibrili (s.a.u.s.) shkoi te Pejgamberi (s.a.u.s.) dhe i tha: "O Muhamed! A vuan nga ndonjë gjë?" - "Po"- tha ai. Atëherë, Xhibrili (s.a.u.s.) u lut duke thënë: "*Bismil-lahi erkike, min kul-li shej'in ju'dhike, ue min sherri kul-li nefsin eu ajni hasidin! Allahu jeshfike! Bismil-lahi erkike*!" (Me emrin e Allahut, të bëj rukje, për të të ruajtur nga çdo gjë që të dëmton, dhe prej së

keqes së çdo shpirti [të keq] apo syrit të çdo smiraku! Allahu të shëroftë! Me emrin e Allahut, të bëj rukje!)

Dikush mund të pyesë: Çfarë thoni për hadithin që sjell Ebu Daudi, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Nuk ka rukje të tjera, por veçse për syrin e keq ose për ethet"?

Në përgjigje të kësaj, themi se hadithi nuk e mohon që rukjet mund të përdoren për raste të tjera. Përkundrazi, ai thekson se rukjet janë më tepër efikase kundra syrit të keq dhe etheve. Ky qëndrim përforcohet nga fakti se në hadith, Sehl ibn Hunejfi, pasi e kishin marrë mësysh, e pyeti Profetin (s.a.u.s.): "A kanë efekt rukjet?" Ndërsa Pejgamberi (s.a.u.s.) u përgjigj: "Nuk ka rukje të tjera (që janë më tepër efikase), por veçse për syrin e keq ose për ethet."[1]

Përveç kësaj, një mori hadithesh e lejojnë në përgjithësi shfrytëzimin e rukjeve. Për shembull, Muslimi sjell dëshminë se Pejgamberi (s.a.u.s.) e lejoi bërjen e rukjeve kundra syrit të keq, etheve dhe *nemlah*-s (pickimit të milingonës ose lungave).[2]

Trajtimi i kafshimeve (ose pickimeve) helmuese duke lexuar suren Fatiha

Në dy *Sahih*-ët vjen një hadith prej Ebu Seid El Hudriut, i cili rrëfen: "Disa shokë të Profetit ishin në udhëtim e sipër, derisa mbërritën te një fis arab (natën). Ata iu kërkuan këtyre të fundit që t'i mbanin si mysafirë për atë natë, por banorët nuk i lejuan. Sakaq, kreu i fisit të tyre u kafshua nga një gjarpër (ose u thumbua nga një akrep). I gjithë fisi u përpoqën ta shëronin me ndonjë ilaç, por nuk mundën të bënin gjë. Dikush prej tyre tha: "Asgjë nuk po i bën derman. Po sikur të pyesnim ata njerëzit (sahabët) që erdhën sonte? Ndoshta mund të na gjejnë ndonjë!" Dhe ashtu vepruan. Vajtën dhe u thanë atyre: "O ju njerëz, zotëria ynë u kafshua nga

[1] Ebu Daudi, me numër 3889. Por në *sened*-in e këtij hadithi ndodhet Shurejk El Kadi, i cili ishte i dobët në aftësinë e mësimit përmendësh. Ndërsa transmetuesit e tjerë janë të besueshëm.
[2] Muslimi, nr. 2196.

një gjarpër (ose u thumbua nga një akrep). Ne u përpoqëm ta ndihmonim me ç'mundëm, por asgjë nuk i bëri derman. A ka ndonjëri prej jush ndonjë mundësi (apo zgjidhje)?" Njëri prej tyre u përgjigj dhe tha: "Po, për Zotin! Unë di të bëj rukje, por meqë ne ju kërkuam të qëndronim si miq në fshatin tuaj dhe ju nuk pranuat, atëherë unë nuk pranoj të bëj rukje, në qoftë se ju nuk na paguani për këtë". Kësisoj, ata ranë dakord që t'u jepnin një kope me bagëti të imta. Atëherë, ai filloi të këndonte suren *Fatiha* dhe t'i frynte të sëmurit. Pas kësaj, i sëmuri u ngrit nga shtrati sikur sapo të ishte çliruar nga zinxhirët, dhe nisi të ecte lirshëm, pa shfaqur ndonjë shenjë sëmundjeje. Dikush nga sahabët tha: "Eja t'i ndajmë këto bagëti në pjesë mes njëri-tjetrit." Por ai që bëri rukjen u tha: "Prisni derisa të shkojmë te Pejgamberi (s.a.u.s.) dhe të dëgjojmë urdhrin e tij."

Kështu ata shkuan te Pejgamberi (s.a.u.s.) dhe i treguan ngjarjen. Ai (s.a.u.s.) i tha personit që bëri rukjen: "E ku e dije ti që *Fatihaja* shërben si rukje?" Pastaj shtoi: "Keni bërë vërtet gjënë e duhur! Ndajeni (tufën e bagëtive) me njëri-tjetrin dhe më bëni edhe mua një pjesë."[1]

Ibn Maxhe sjell në *Sunen*-in e tij hadithin prej Aliut (Allahu qoftë i kënaqur prej tij!), i cili ka thënë: "Ilaçi më i mirë është Kurani."[2]
Është fakt i njohur se fjalë të caktuara lënë gjurmë të thella dhe janë mjaft frytdhënëse; kjo dëshmohet nga përvoja. Atëherë, ç'mund të thuhet për fjalët e Allahut, të cilat janë më lart se fjalët e krijesave po aq sa Allahu është më lart sesa krijimi i Tij! Fjalët e Allahut janë shërimi i plotë për çdo sëmundje, mbrojtja e përsosur, udhëzim i drejtë dhe mëshirë gjithëpërfshirëse, fjalë që, nëse do t'i shpalleshin një mali, do ta shpërbënin në pluhur, nga madhështia e Allahut, i Cili thotë: "Ne të shpallëm Kuranin, që është shërim dhe mëshirë për besimtarët, kurse jobesimtarëve nuk u shton gjë tjetër veç dëshpërimit." [Isra, 82] Ose: "Sikur këtë Kuran t'ia shpallnim ndonjë mali, ti do ta shihje atë të përulur dhe të

---

[1] Buhariu dhe Muslimi.
[2] Ibn Maxha, me numër 3501, por në *sened*-in e tij merr pjesë Harith El Aueri, i cili konsiderohet si *daif*.

copëtuar prej frikës nga Allahu. Këta janë shembuj që ua japin njerëzve, që ata të mendojnë." [Hashr, 21]

Ky është Kurani dhe ajetet e tij në përgjithësi. Atëherë, çfarë mund të thuash për *Fatihanë*, e cila nuk ka të ngjashme as në Teurat, as në Ungjill, as në Zebur, madje as edhe në Kuran. Fatihaja përmban në vetvete kuptimet tërësore të të gjitha librave të Zotit. Ajo përmban emrat dhe atributet e Zotit, si Allah, Rab (Zotërues), Rrahman (Mëshirues) dhe Rrahim (Mëshirëplotë). Në këtë sure flitet dhe dëshmohet për ringjalljen, për njëshmërinë e Allahut si Zot, për varësinë dhe nevojën e krijesave për ndihmën dhe udhëzimin e Allahut, e për faktin se vetëm Ai i dhuron mirësi të tilla. Ajo përmban lutjen më të mirë dhe më të dobishme që u nevojitet krijesave: udhëzimin në Rrugën e Drejtë, që nënkupton njohjen e emrave dhe atributeve të Tij, adhurimin e përkushtuar vetëm ndaj Tij, bindjen ndaj urdhrave të Tij, largimin nga ndalesat e Tij dhe qëndrimin e palëkundur në këtë rrugë deri sa të vijë vdekja.

Në suren *Fatiha* bëhet veçimi i atyre që kanë mirësinë e njohjes së të vërtetës dhe që zgjedhin e parapëlqejnë gjithçka që rrjedh prej saj. Nga ana tjetër qëndrojnë ata që kanë fituar zemërimin e Allahut duke iu shmangur së vërtetës, pasi e kanë njohur atë, dhe ata që e kanë humbur Rrugën e Drejtë. Në këtë mënyrë janë ndarë kampet e krijesave.

Fatihaja pohon besimin në kaderin e Allahut dhe urdhrat e Tij, emrat dhe atributet e Allahut, ringjalljen dhe profetësinë. Ajo pastron zemrën dhe përmend drejtësinë e bujarinë e Allahut. Nga ana tjetër, ajo hedh poshtë çdo lloj bidati dhe metode të mbrapshtë.

Ne i kemi renditur të gjitha këto mirësi të sures *Fatiha*, me shpjegime të mëtejshme, në librin tonë *Medarixhu es Salikin*.

Sigurisht, një sure e tillë, që përmban gjithë këto veti e mirësi, meriton që ta përdorësh si rukje për shërimin nga çdo sëmundje, e jo vetëm për kafshimin ose thumbimin e kafshëve helmuese.

Fatihaja vërtet është ilaçi më i mirë, sepse ajo shpreh robërimin ndaj Allahut, lavdërimin e Tij, dedikimin e të gjitha mirësive Atij, kërkimin e ndihmës dhe të mbështetjes së Tij, lutjen drejtuar Atij për çfarëdolloj begatie, siç është udhëzimi në Rrugën e Drejtë, i cili sjell çdo të mirë dhe të ruan nga ndëshkimi.

Është thënë se pjesa e sures *Fatiha* që përmban rukjen është: "*Ijjake nea'budu, ue ijjake nestein!*" (Vetëm Ty të adhurojmë dhe vetëm te Ti ndihmë kërkojmë!)

Në fakt, këto janë fjalë të fuqishme, që përmbajnë edhe ilaçin më të fortë në këtë sure. Ato shprehin varësinë dhe mbështetjen e sinqertë tek Allahu, kërkimin e ndihmës dhe të strehimit tek Ai, dobësinë para Tij dhe nevojën për Të. Rrjedhimisht, ato përmbajnë qëllimin më të lartë: adhurimin e Allahut të Vetëm. Po ashtu, në to përshkruhet edhe mënyra më e mirë për ta arritur këtë qëllim, që është: kërkimi i mbështetjes së Allahut në këtë rrugë.

U sëmura njëherë, kur isha në Mekë, por nuk kisha pranë as mjek e as ilaçe. Kështu, përdora *Fatihanë* si ilaç, duke e kënduar atë mbi një sasi uji nga burimi i Zemzemit, dhe duke e pirë ujin më pas. U shërova menjëherë nga kjo mënyrë kurimi, dhe tani, sa herë që ndiej dhembje, ndjek të njëjtën metodë, dhe gjithmonë ka patur rezultat.

Te përdorimi i *Fatihasë* si rukje kundra kafshimeve ose thumbimeve helmuese gjendet një sekret i mrekullueshëm. Siç e kemi thënë, Allahu ka krijuar ilaçin për çdo sëmundje. Nga ana tjetër, kafshët helmuese kanë një ndikim të veçantë te viktimat e tyre nëpërmjet shpirtit të keq. Përveç kësaj, arma tjetër që përdorin ato është dhëmbi (ose thumbi), me të cilin injektojnë helmin e tyre. Në të njëjtën mënyrë, personi që bën rukjen (yshtësi ose frymëtori) ka një efekt pozitiv te i sëmuri të cilit i bëhet rukja, duke shtuar kështu shanset e një shërimi të shpejtë, me lejen e Allahut. Në këtë rast, i sëmuri ndien se i janë shtuar fuqitë, për shkak të rukjes, njëlloj siç vepron te pacienti një bar i zakonshëm. Përveç kësaj,

lagështia dhe ajri që lëshohen nga goja e atij që i fryn të sëmurit, të cilat përmbajnë *dua* dhe *dhikër*, rrisin gjithashtu mundësinë për shërim të plotë. Nëse yshtësi e bën rukjen me gojë dhe me zemër, atëherë bashkë me ajrin dhe lëngun që del nga trupi i tij, kjo gjë e përforcon efektin dhe fuqinë e rukjes. Pa dyshim që kjo përzierje mes zemrës dhe shpirtit, e përdorur si ilaç hyjnor, ndikon po ashtu siç veprojnë barnat materiale në trup.

Frymëtori ka përparësi ndaj forcave negative (qofshin edhe kafshë helmuese): ai këndon fjalët e rukjes dhe i fryn ato me forcën e shpirtit të tij, për të larguar efektet e forcave negative dhe të helmit. Sa më tepër fuqi shpirtërore të ketë, aq më të forta bëhen rukjet që këndon ai.

Është edhe një sekret tjetër te fryrja e rukjeve, e cila përdoret si metodë edhe nga ata që bëjnë magji, siç thotë Allahu: "…nga e keqja e magjistarëve, që fryjnë në nyje…"

Trupi ndikohet mjaft nga ajo që ndien zemra, kështu që fryrja duket si një mënyrë e cila e përforcon efektin e asaj që zemra ndien dhe synon. Ata që bëjnë magji lidhin disa lloje nyjesh dhe pastaj fryjnë në to formula magjistarësh, të cilat ndikojnë më pas te viktima, qoftë kjo e fundit edhe jo e pranishme aty. Në këtë mënyrë, forcat e së keqes ndihmojnë që t'i përcjellin formulat e magjisë dhe efektin e tyre deri te viktima. Ndërsa kur forcat e së mirës kundërpërgjigjen duke fryrë tek i yshturi rukjet fetare, atëherë do të fitojë pala që është më tepër e fuqishme.

Lufta ndërmjet së mirës dhe së keqes ngjason me luftën reale mes njerëzve. Në fakt, forcat shpirtërore i përdorin trupat në luftën e tyre kundra njëra-tjetrës. Ata të cilëve u intereson vetëm bota materiale, ata nuk e ndiejnë këtë luftë të ashpër, pasi janë të lidhur vetëm me botën që ata besojnë, pra, me botën materiale, dhe janë tepër larg botës së forcave shpirtërore dhe efektit të tyre te njeriu.
Me fjalë të tjera, kur forca shpirtërore e mirë është e fuqishme sa duhet dhe i ndien kuptimet e ngërthyera te *Fatihaja*, pa lënë anash edhe frymën që shoqëron këndimin e saj, atëherë rukja do të japë

rezultatin e kërkuar kundra forcave të këqija, duke larguar kështu efektin negativ të tyre. Allahu e di më mirë!

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për mjekimin e thumbimit të akrepit

Ibn Ebu Shejba shënon në *Musned* një hadith prej Abdullah ibn Mesudit, i cili rrëfen se: - Njëherë, kur Pejgamberi (s.a.u.s.) po falte namazin, e pikërisht kur po ulej në sexhde, një akrep e pickoi në gisht. Pejgamberi (s.a.u.s.) u largua duke thënë: "Allahu e mallkoftë akrepin, që nuk lë rehat as profetët e as njerëzit e zakonshëm!" - Pastaj kërkoi që t'i sillnin një enë me ujë të kripur dhe e zhyti vendin e pickuar në ujin me kripë. Duke e mbajtur ashtu, këndoi suren "*Kul huu-Allahu ehad*" (*Ihlas*) dhe dy suret mbrojtëse, *Felek* dhe *Nas*."[1]
Në këtë ngjarje shohim të zbatuar kurimin me ilaçe hyjnore të përziera me ilaçet natyrore.

Sureja *Ihlas* përmban thelbin e fesë dhe të akides, aspekte të ndryshme të teuhidit, si edhe dëshminë e deklaratën se Allahu është Një, e cila, nga ana tjetër, përmban mohimin e çdo forme të *shirk*-ut. Në të dëshmohet se Allahu është *Samed*, domethënë, është Ai të Cilit çdo krijesë i drejtohet për çdo nevojë. Kjo sure i përshkruan Allahut çdo lloj përsosmërie. Për këtë arsye, krijesat i drejtohen Atij për çdo gjë që kanë nevojë. Ajo mohon, gjithashtu, se Allahu ka fëmijë ose të barabartë, dhe ja përse kjo sure është e njëvlershme me një të tretën e Kuranit.

Emri i Allahut *Samed* përmban dhe përfshin çdo lloj përsosmërie. Përveç kësaj, sureja mohon që Allahu ka të barabartë. Vetë emri i Allahut *El Ehad* (Njëshi) mohon ekzistencën e ndonjë tjetri ortak me Allahun. Pikërisht këto janë tri shtyllat e teuhidit (Njëshmëria e Allahut në zotërimin e Tij, në adhurimin që i kushtohet Atij dhe në emrat e atributet e Tij).

Nga ana tjetër, dy Suret Mbrojtëse (*Felek* dhe *Nas*) përmbajnë kërkimin e mbrojtjes së Allahut prej çdo të keqeje dhe dëmi. Të

---

[1] Tirmidhiu, nr. 2905.

kërkosh mbrojtje nga e keqja që Allahu ka krijuar, do të thotë të mbrohesh nga çdo lloj e keqeje që mund të vijë nga krijesat, qofshin këto fizike apo shpirtërore. Të kërkosh mbrojtje nga e keqja e errësirës kur shfaqet shenja e saj (hëna), do të thotë të mbrohesh nga shpirtrat e këqij që gëlojnë gjatë natës, ndryshe nga ç'bëjnë ditën. Ata dalin pikërisht kur bie muzgu dhe kur shfaqet hëna. Po ashtu, të kërkosh mbrojtje nga ata që lidhin nyje dhe fryjnë mbi to, do të thotë të mbrohesh nga e keqja e magjistarëve dhe e magjisë së tyre. Kurse të kërkosh mbrojtje nga smirakët, do të thotë të mbrohesh nga forcat e këqija që shkaktojnë dëme nëpërmjet trupit dhe shikimit të njerëzve ziliqarë. Nga ana tjetër, sureja e dytë (*Nas*) përfshin kërkimin e mbrojtjes nga e keqja e njerëzve dhe e xhindëve.

Kësisoj, në përfundim, suret *Felek* dhe *Nas* përfshijnë kërkimin e mbrojtjes nga çdo lloj forme e së keqes. Ato janë mjaft efikase si mburoja ndaj ligësisë, përpara se ajo të ndodhë. Kjo qe arsyeja që i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) e këshilloi Ukbe ibn Amirin t'i këndonte ato pas çdo namazi, siç thuhet në hadithin e sjellë nga Tirmidhiu. Porosia e Profetit (s.a.u.s.) përmban një sekret të mrekullueshëm, që ndihmon në largimin e të gjitha të këqijave nga namazi në namaz. Gjithashtu, Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë për këto dy sure: "Askush nuk ka gjetur dhe përdorur mbrojtës më të mirë dhe më të fortë se ato të dyja."

Është treguar se Profetit (s.a.u.s.) i bënë njëherë magji duke lidhur 11 nyje, ku në secilën prej tyre ishte fryrë diçka. Atëherë, erdhi Xhibrili dhe, sa herë që këndonte një ajet nga dy Suret Mbrojtëse, zgjidhej një nyje, derisa u zgjidhën kështu të njëmbëdhjeta ato. Menjëherë pas kësaj, Pejgamberi (s.a.u.s.) u shërua, duke u ndierë sikur të ishte çliruar nga zinxhirët.

Ndërsa për sa u përket ilaçeve materiale në kurimin e thumbimit të akrepit, kripa luan një rol mjaft të rëndësishëm. Autori i librit *El Kanun* thotë: "Kundra thumbimit të akrepit duhet të përdoren kompresa me kripë dhe me fara liri." Kripa ndihmon për të shpërbërë helmin, i cili shkakton një dhembje djegëse, e cila ka

nevojë të shuhet, të ftohet. Lëngu i ftohtë që përmbajnë farat e lirit zbut dhembjen, ndërsa kripa nxjerr jashtë helmin. Kjo është një nga format më të mira dhe më të lehta të kurimit nga pickimi i akrepit, i cili kërkon lehtësimin e dhembjeve dhe pastrimin nga helmi. Allahu e di më mirë.

Muslimi sjell këtë rrëfim të Ebu Hurejrës: - Njëherë, te Pejgamberi (s.a.u.s.) erdhi një burrë dhe tha: - O i Dërguari i Allahut, kam vuajtur shumë nga një akrep, që më pickoi mbrëmë natën! - Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha: "Sikur ti të kishe thënë këto fjalë para se të flije: '*Eudhu bi kelimatil-lahi tam-mati min sherri ma halek* (Kërkoj mbrojtje me fjalët e përsosura të Allahut nga sherri i çdo gjëje që Ai ka krijuar!)', ai nuk do të të kishte bërë gjë!"[1]

Dije se mjekimet hyjnore ndihmojnë jo vetëm pasi sëmundja e ka kapur njeriun, por ato shërbejnë edhe si mjete parandaluese të saj. Po ashtu, nëse një e keqe prek disa herë radhazi, ajo nuk godet shumë rëndë. Ilaçet natyrore, nga ana tjetër, shërbejnë vetëm për momentin pasi ka prekur sëmundja. Rukjet dhe lutjet e ndryshme ose e parandalojnë sëmundjen, ose e zbusin atë pasi është shfaqur, në varësi kjo të fuqisë së zemrës dhe shpirtit të të sëmurit. Për këtë arsye, rukjet dhe duatë përdoren si masa parandaluese dhe si ilaçe kuruese.

Për sa i përket parandalimit, në dy *Sahih*-ët është rrëfimi i Aishes, e cila thotë: "I Dërguari i Allahut, gjithmonë para se të binte në shtrat, frynte në dy duart e tij me suren '*Kul huu-Allahu ehad*' dhe dy Suret Mbrojtëse (*Felek* dhe *Nas*). Më pas, ai fërkonte fytyrën (me duart e tij) dhe çdo pjesë të trupit ku mund t'i arrinin duart."
Po në dy *Sahih*-ët është hadithi se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Për këdo që lexon gjatë natës dy ajetet e fundit të sures *Bekare*, ato do të jenë të mjaftueshme."

Muslimi, nga ana e tij, sjell thënien e Profetit (s.a.u.s.): "Kushdo që qëndron në një vend dhe thotë: '*Eudhu bi kelimat-ilahit-tammati min*

---

[1] Muslimi, nr. 2709.

sherri ma halek', atë nuk ka për ta prekur asnjë e keqe, derisa të largohet prej atij vendi."[1]

Ndërsa Ebu Daudi shënon rrëfimin se i Dërguari i Allahut, gjatë udhëtimit, kur binte nata, thoshte: "O Tokë! Zoti im dhe Zoti yt është Allahu! Unë kërkoj mbrojtje tek Allahu prej së ligës që vjen prej teje, prej të ligës që ndodhet brenda teje dhe prej të ligës që ecën e zvarritet mbi ty! Unë kërkoj mbrojtje tek Allahu të më ruajë prej ndonjë luani, ose tirani (xhind), prej ndonjë gjarpri ose akrepi, prej të ligës së banorëve të këtij vendi, prej të ligës së çdo prindi dhe çka ka lindur prej tij!"[2]

Ndërsa për të mirën e dytë të rukjeve, për rolin e tyre si kuruese të sëmundjeve, ne kemi përmendur më lart shërimin e një personi nëpërmjet këndimit të *Fatihasë*, si edhe rukjen për t'u shëruar nga thumbimi i akrepit.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.)
për trajtimin e **nemlah-*s***

Më lart kemi përmendur hadithin që ndodhet në *Sahih*-un e Muslimit, ku thuhet se Pejgamberi (s.a.u.s.) e lejoi përdorimin e rukjeve në kurimin e etheve, të syrit të keq dhe të *nemlah*-s.

Në *Sunen*-in e Ebu Daudit është transmetimi nga Shifa bintu Abdullahi, e cila thotë: - Njëherë, kur unë isha tek Hafsa, Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "A nuk ia mëson kësaj rukjen për shërimin e *nemlah*-s, sikurse ia mësove shkrimin?"[3]

Nemlah, që do të thotë 'milingonë', quhen disa lloje gjendrash ose kokrrash që dalin në anësoret e trupit. Kjo është një sëmundje e

---

[1] Muslimi, nr. 2708.

[2] Ebu Daudi, 2603; Ahmedi, vëll. 2, 132, por në *sened*-in e tij merr pjesë Zubejr ibn Uelid El Shami, të cilin e ka konsideruar të besueshëm veçse Ibn Hibani; ndërsa transmetuesit e tjerë janë të besueshëm.

[3] Ebu Daudi, nr. 3887; Ahmedi, vëll. 6, 372, me *sened* të saktë.

njohur, e cila shkakton njëfarë pickimi, që njeriu e ndien sikur një milingonë po ecën mbi trupin e tij dhe po e thumbon. Ka tri forma të kësaj sëmundjeje.

El Khal-lali përcjell se Shifa bintu Abdullahi, në kohën e xhahilijetit (para Islamit), u bënte rukje njerëzve për shërimin e *nemlah*-s. Kur ajo emigroi në Medinë, pasi i kishte dhënë besën Profetit (s.a.u.s.) në Mekë, tha: "O i Dërguari i Allahut! Unë u bëja rukje të tjerëve për shërimin nga *nemlah*, në kohën e xhahilijetit, dhe tani dua që t'i tregoj ty ato fjalë që thoja." Dhe pastaj recitoi: "*Me emrin e Allahut! Daltë kjo e keqe dhe u ktheftë andej nga ka ardhur, pa dëmtuar njeri! O Allah, hiqe këtë të keqe, o Zoti i njerëzve*!"

Ajo e lexonte këtë rukje shtatë herë mbi një degë të pastër peme, duke zgjedhur më parë një vend gjithashtu të pastër. Më pas, ajo e fërkonte degën mbi një gur të pastër me uthull vere, e pastaj me këtë lyente zonën e prekur të trupit.
Ky hadith dëshmon, po ashtu, se lejohet që t'u mësosh grave shkrim e këndim.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për trajtimin e kafshimit të gjarprit

Ne përmendëm një hadith më lart, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Nuk ka rukje tjetër (më dobiprurëse), veç atyre që këndohen për syrin e keq dhe ethet."

Ndërsa Ibn Maxhe sjell dëshminë nga Aishja (r.a.) se: "I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) e lejoi përdorimin e rukjeve kundra pickimit të akrepit dhe gjarprit."[1] Po ashtu, Ibn Shihab El Zuhri rrëfen, se njëherë, "një nga shokët e Profetit (s.a.u.s.) u kafshua nga një gjarpër. Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "A ka ndonjë njeri që di të bëjë rukje?" Njerëzit përreth thanë: "O i Dërguari i Allahut, bijtë e El Hazmit kanë bërë më përpara rukje për kafshimin e gjarprit, por e lanë këtë punë kur ti e ndalove bërjen e rukjeve!" Por Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Thirreni dhe silleni këtu Umara ibn Hazmin!" Pasi e sollën aty, Umara ia këndoi rukjen Profetit (s.a.u.s.), i cili e miratoi,

---

[1] Ibn Maxhe, nr. 3517; Buhariu ,vëll. 10/,170; Muslimi, nr. 2193.

pa patur ndonjë kundërshtim. Kësisoj, ai e mori lejen dhe shkoi e ia këndoi rukjen viktimës."[1]

Trajtimi me rukje i plagëve dhe i lungave të ndryshme

Në dy *Sahih*-ët është rrëfimi prej Aishes, se: "Sa herë që dikush ankohej nga ndonjë lungë ose plagë, Pejgamberi (s.a.u.s.) e vendoste gishtin tregues në tokë (pasi e fuste njëherë në gojë), pastaj e ngrinte atë dhe thoshte: "*Bismil-lah Terbetu erdina Biriki beadina Jushfa sekimuna Bi idhni rab-bina!*" (Me emrin e Allahut, me dheun e tokës sonë, me pështymën e dikujt prej nesh, u shërofshin të sëmurët tanë, me vullnetin e Zotit tonë!)[2]

Ky është një mjekim i thjeshtë dhe i dobishëm për plagët dhe lungat, sidomos kur mungojnë ilaçet e tjera. Rëra (ose dheu i pastër), e cila është e ftohtë, e thatë dhe e gjendshme kudo, përthan lëngjet që mbledh plaga ose lunga. Këto lëngje pengojnë shërimin në rrugë natyrore, veçanërisht në vendet e ngrohta.

Plagët dhe lungat më së shumti shoqërohen me temperaturë të lartë, që, bashkë me ndikimin e motit të nxehtë, ua shtojnë dhembjet në mënyrë të veçantë atyre që janë të ndjeshëm ndaj nxehtësisë. Meqë rëra është e ftohtë dhe e thatë, më tepër ftohëse se çdo lloj ilaçi tjetër që jepet për këtë qëllim, atëherë ftohtësia e rërës do ta shuajë nxehtësinë që shkakton plaga, veçanërisht kur rëra është e larë dhe e tharë.

Rëra (ose dheu) e pastër ndihmon në përtharjen e shumë lëngjeve dhe sekrecioneve të dëmshme, sepse ajo është një agjent përtharës tepër i fortë kundra substancave që pengojnë shërimin e shpejtë, siç e thamë më lart. Jo vetëm kaq, por rëra e pastër ndihmon në uljen e nxehtësisë së organit të sëmurë, i cili, në këtë mënyrë forcon fuqinë (imunitetin) e tij të rezistencës, duke larguar kështu dhembjen, me lejen e Allahut.

---

[1] Buhariu, Muslimi, Nesaiu dhe Ahmedi.

[2] Buhariu, vëll. 10, 176-177, në kapitullin: *Mjekësia*; Muslimi, nr. 2194.

Hadithi tregon që përpara se gishti të vendoset në dhe të pastër, ai duhet lagur me pështymë, me qëllim që dheu të ngjitet pas gishtit. Pas kësaj, gishti duhet vendosur te organi i sëmurë ose te plaga, dhe pastaj të thuhen fjalët e përmendura në hadith. Kjo metodë gërsheton mirësinë që vjen nga përmendja e emrit të Allahut, - duke i lidhur kështu të gjitha çështjet me Atë dhe duke i besuar Atij - me ilaçin dhe lutjen përkatëse, të cilat, të gjitha bashkë, e bëjnë kurimin edhe më efikas.

Ka dy qëndrime në lidhje me pohimin e bërë në hadith: "...me dheun e tokës sonë...": A flitet këtu për dheun e mbarë tokës apo vetëm për rërën e Medinës? Nuk ka dyshim se rëra në disa vende është më kurative se në disa vende të tjera. Galeni thotë: "Në Aleksandri kam parë shumë njerëz të sëmurë me edema ose nga shpretka, të cilët e përdornin rërën e Egjiptit duke e vendosur atë mbi këmbët e tyre, mbi kofshë, duar, kurriz dhe brinjë, dhe kishin rezultat nga kjo kurë." Më tej, ai thotë: "Siç kuptohet, kjo 'pomadë' (balta që krijohej me këtë rërë) shërben për të kuruar lungat e qelbëzuara." Ai vazhdon: "Unë njoh shumë njerëz të cilët kanë patur ënjtje në trup për shkak të gjakut të tepërt dhe që kanë gjetur shërim te përdorimi i baltës. Unë njoh, gjithashtu, njerëz që e kanë përdorur baltën për të kuruar sëmundje të pashërueshme në organe të ndryshme, dhe që këto sëmundje u janë zhdukur më pas." Një autor tjetër thotë: "Rëra që vjen nga zona e Kannusit - e njohur si ishulli i Mastikës - është një pastruese e mirëfilltë. Ajo ndihmon në zhvillimin e mishit brenda dhe përreth lungave, duke bërë kështu që ato të zhduken."

Kur dhera në vende të ndryshme paskan këto veti kuruese, atëherë çfarë mund të thuhet për zonën më të bekuar në faqen e tokës, aq më tepër kur ajo përzihej me pështymën e Profetit (s.a.u.s.)? Jo vetëm kaq, por kjo shoqërohej edhe me rukjen e kënduar nga Pejgamberi (s.a.u.s.), në të cilën përmendej emri i Allahut dhe çdo gjë i dedikohej Atij.

Ne thamë më lart se rukjes i rritet efekti në varësi të forcës së besimit të personit që e këndon atë dhe të reagimit të të sëmurit

ndaj rukjes. Asnjë doktor i nderuar musliman e me logjikë nuk mund ta mohojë këtë fakt. Megjithatë, nëse mungon njëra nga këto cilësi, atëherë lëre të thotë çdo lloj broçkulle!

Mjekimi i dhembjeve me rukje

Imam Muslimi sjell në *Sahih* rrëfimin që thotë se Othman ibn Ebu Asi u ankua njëherë te Pejgamberi (s.a.u.s.) për një dhembje që ndiente në trupin e tij, që kur kishte pranuar Islamin. Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha: "Vendose dorën tënde në vendin që të dhemb në trup dhe thuaj '*Bismilah*' tri herë. Pastaj thuaj shtatë herë: '*Eudhu bi iz-zetil-lahi, ue kudretihi min sherri ma exhiduhu, ue uhadhiruhu!*" (Kërkoj mbrojtje me Fuqinë dhe pushtetin e Allahut nga e keqja që po vuaj dhe nga e cila po bëhem merak!)[1]

Kjo mënyrë kurimi përmban në vetvete përmendjen e emrit të Zotit, mbështetjen e plotë tek Ai dhe kërkimin e strehës te pushteti dhe fuqia e Tij, kundra dhembjeve që njeriu ndien; si e tillë, ajo (rukja) patjetër që do t'i largojë dhembjet. Përveç kësaj, përsëritja e lutjes e bën rukjen më të fortë dhe më efikase, njëlloj sikur të marrësh një ilaç për të disatën herë, derisa ta shërosh plotësisht sëmundjen.

Në dy *Sahih*-ët thuhet se Pejgamberi (s.a.u.s.) i vizitonte anëtarët e familjes së tij (që ishin të sëmurë), i prekte ata me dorën e tij të djathtë dhe lutej: "*Allahume Rabben-nas! Idhhibil be's ueshfi ente shafi! La shifae il-la shifauk! Shifaen la jugadiru sekama!*" (O Allah! O Zoti i njerëzimit! Largoje vuajtjen dhe sill shërimin! Vetëm Ti e sjell shërimin dhe nuk ka shërim tjetër përveç atij që sjell Ti! Ai është shërim që nuk lë më sëmundje!)

Kjo rukje e fundit përmban lutjen drejtuar Allahut nëpërmjet zotërimit të Tij absolut dhe nëpërmjet mëshirës së Tij, që Ai të sjellë shërimin. Në rukje pohohet, gjithashtu, se vetëm Allahu është Ai që e sjell shërimin dhe se nuk ka shërim tjetër përveç atij që sjell Allahu. Në rukje i lutesh Allahut, duke deklaruar njëshmërinë, bujarinë dhe zotërimin e Tij.

---

[1] Muslimi, nr. 2202.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.)
për trajtimin e dëshpërimit nga fatkeqësitë

Allahu i Lartësuar thotë: "Sigurisht që Ne do t'ju provojmë me frikë dhe uri, me dëmtim të pasurisë, të njerëzve dhe të të lashtave! Prandaj, përgëzoji të duruarit, të cilët, kur i godet ndonjë fatkeqësi thonë: 'Të Allahut jemi dhe vetëm tek Ai do të kthehemi!' Ata do të shpërblehen me bekim dhe mëshirë nga Zoti i tyre; ata janë në Rrugën e Drejtë!" [Bekare, 155-158]

Në *Musned* është transmetimi që tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Nuk ka person që, kur goditet nga ndonjë fatkeqësi, thotë: "*Inna lil-lahi Ue inna ilejhi raxhiun Allahume xhurni fi musibeti ue ahlif li hajren minha!*" (Ne jemi të Allahut dhe, pa dyshim, tek Ai do të kthehemi! O Allah! Më dhuro nga shpërblimi Yt për fatkeqësinë, dhe ma zëvendëso mua me më të mirën!), e që Allahu të mos e shpërblejë atë për fatkeqësinë dhe të mos ia zëvendësojë me diçka më të mirë se ajo!"[1]

Këto fjalë që mëson hadithi janë tepër efikase dhe një qetësues i vërtetë për ata që janë prekur nga fatkeqësitë. Nëpërmjet tyre shprehen dy parime, që, nëse robi i Allahut arrin t'i njohë dhe të jetë i vetëdijshëm për to, atëherë ai do të çlirohet dhe do të qetësohet nga rëndesa e fatkeqësisë.

Së pari, njeriu vetë, familja dhe pasuria e tij janë, në fakt, prona të Allahut të Lartësuar, të cilat Ai ia ka dhënë hua robit të Vet. Kështu, kur Allahu i merr sërish robit atë që ia ka dhënë hua më parë, atëherë Ai nuk bën gjë tjetër, por vetëm se merr atë gjë që i përket po Atij. Gjithçka që Allahu i jep robit të Vet është paraprirë - dhe më pas ndiqet - nga periudha e joekzistencës, kësisoj që robi i merr ato në zotërim vetëm përkohësisht, kur ato vijnë në ekzistencë. Me fjalë të tjera, robërit e Allahut nuk i krijojnë vetë ato që zotërojnë, prandaj nuk janë zotërit e tyre të vërtetë, madje ata as nuk mund t'i mbrojnë vetë pronat dhe pasuritë e tyre. Robërit janë

[1] Ahmedi, vëll. 4, 27, prej Ummu Selemes, e cila përcjell prej Ebu Selemes. Ky hadith ndodhet edhe në *Sahih*-un e Muslimit, nr. 918.

thjesht përdorues të pronës dhe bëjnë vetëm atë çfarë iu urdhërohet me të, pasi ata nuk janë zotëruesit e saj të njëmendtë.
Së dyti, kthimi i robërve është tek Allahu, Zoti i vërtetë, që do të thotë se, herët a vonë, ata do të largohen nga kjo jetë, duke lënë gjithçka pas. Ata do të kthehen tek Allahu pikërisht ashtu si Ai i krijoi për herë të parë: të zhveshur nga gjithçka, pa familje, pa pasuri e pa farefis, duke iu mbetur vetëm veprat e mira ose të këqija. Atëherë, kur ndodhka kështu me çdo gjë që Allahu i jep robit, përse ky i fundit u dashka të jetë krenar për gjërat që ka apo të dëshpërohet për gjërat që humbet? Nëse robi mendon për fillimin dhe fundin e vet, kjo do ta ndihmojë atë të largojë pikëllimin dhe depresionin prej humbjeve që pëson.

Gjithashtu, pikëllimi dhe depresioni largohen kur njeriu e kupton se nuk ka fuqi për ta shmangur atë fatkeqësi që e godet apo për të marrë atë gjë që nuk është caktuar për të. Allahu thotë: "S'ka fatkeqësi që godet tokën dhe ju, që të mos jetë e shënuar në Libër (*Leuhi Mahfudh*) më parë se ta krijojmë atë. Kjo për Allahun është vërtet e lehtë! (Këtë paracaktim e kemi bërë) Që ju të mos dëshpëroheni për atë që ju ka kaluar, por edhe për të mos u gëzuar së tepërmi për atë që Ai ju ka dhënë. Allahu nuk i do kryelartët mburravecë." [Hadid, 22-23]

Në të njëjtën mënyrë, pikëllimi i shkaktuar nga fatkeqësia do të tretet nëse njeriu mendon thellë se sa e sa të mira i ka falur Allahu, në krahasim me atë gjë që ka humbur. Ai do vërejë kështu se gjithçka që ende zotëron nga begatitë e Allahut është shumë herë më e madhe, sidomos kur Allahu i ka premtuar se do t'i japë gjithmonë diçka tjetër më të mirë sesa ajo që ka humbur, çfarëdo që të jetë kjo e fundit, me kushtin që njeriu të tregohet i duruar ndaj fatkeqësisë. Nga ana tjetër, nëse Allahu do, mund ta bëjë fatkeqësinë akoma më të rëndë.
Tronditja nga fatkeqësia mund të zvogëlohet nëse njeriu vëzhgon të tjerët rreth tij, duke kuptuar se në çdo vend që i hedh sytë, majtas apo djathtas, kudo mund të shohë një fatkeqësi. Nëse dikush hulumton në botën mbarë, do të shohë se çdo njeri është duke vuajtur diçka: ose humbjen e ndonjë të dashuri, ose ndonjë

gjëmë tjetër. Po ashtu, ai do të vërejë se gëzimet e kësaj bote janë veç ëndrra në diell ose hije kalimtare, do të kuptojë se edhe sikur kjo jetë e dynjasë të sjellë pakëz gëzim, lotët e hidhërimit janë më të shpeshtë, e nëse ai gjen një ditë qetësi, ditët e trazirave vazhdojnë shumë herë më gjatë. Asnjë vend në botë nuk mund ta gjesh të mbushur plot e vetëm me mirësi, por shumë lehtë mund të gjesh vende të kapluara tërësisht nga fatkeqësitë dhe humbjet. Në fund, nëse kjo jetë sjell lumturi ndonjë ditë, pas saj mund të jetë fshehur e keqja e ditëve në vazhdim.

Ibn Mesudi ka thënë: "Çdo gëzim ndiqet nga një hidhërim, dhe asnjë shtëpi nuk është e mbushur vetëm me gëzim, por shumë shpejt mund të mbushet me brenga e pikëllim."
Ndërsa Ibn Sirini ka thënë: "Nuk ka të qeshur që nuk shoqërohet pas nga një e qarë."

Hind bintu Numani tregonte: "Një herë e një kohë, ne ishim ndër njerëzit më të pushtetshëm, që gëzonim autoritetin më të lartë. Pa kaluar shumë, kur "dielli perëndoi", ne u bëmë njerëzit më të ngratë. Është premtimi i Allahut, që çdo shtëpi të cilën Ai e mbush me gëzim, shumë shpejt ka për ta mbushur me sprova." Dikush i kërkoi Hindës që të rrëfente historinë e saj, dhe ajo tha: "Një mëngjes, kur ne u zgjuam nga gjumi, nuk kishte arab që nuk na shihte me zili, por kur ra nata, të gjithë arabët na shihnin si për të na qarë hallin."

Njëherë, kur ishin ende të pushtetshëm, Hurka, motra e Hindës qau. Kur e pyetën përse qante dhe kush e kishte shqetësuar, ajo tha: "Jo. Po shikoja familjen time që po shijonte rehatinë, dhe m'u kujtua se çdo shtëpi që është e mbushur me gëzim, një ditë do të mbushet me hidhërim."

Ndërsa Is'hak ibn Talhai rrëfen: "Shkova tek ajo (Hurka) një ditë, dhe i thashë: Çfarë di ti për mësimet që nxirren nga historitë e mbretërve? Ajo tha: - Ajo që ne gëzojmë sot është më e mirë se ajo që gëzonim dje. Ne lexojmë në libra se nuk ka banorë shtëpie që gëzojnë sot një mirësi, të cilët nuk do të sprovohen nesër me një

vështirësi. Nuk ndodh që koha t'u tregojë njerëzve një ditë të gëzueshme, pa u fshehur atyre një ditë tjetër të urryer për ta."
Tronditja që pësohet nga fatkeqësia kalon nëse je i vetëdijshëm që hidhërimi dhe pikëllimi nuk e largojnë fatkeqësinë, por e rëndojnë atë.

Brenga dhe dëshpërimi largohen, gjithashtu, kur e di se humbja e shpërblimit të Allahut për shkak të padurimit është më e madhe sesa vetë gjëma që ka rënë.

Shërimi vjen edhe nëpërmjet njohjes së faktit, që kur ti dëshpërohesh, ke gëzuar zemrën e armikut tënd (shejtanit) dhe ke mërzitur të dashurin tënd, ke zemëruar Allahun dhe ke gëzuar shejtanin, ke shkatërruar shpërblimin dhe ke dobësuar zemrën tënde. Nga ana tjetër, nëse tregohesh i duruar dhe i kënaqur me caktimin e Allahut, atëherë e ke dëbuar shejtanin dhe i ke prishur kurthet e tij, ke kënaqur Zotin dhe të dashurit e tu, e u ke futur trishtim armiqve që të urrejnë. Në këtë rast, ti duhet të ngushëllosh miqtë e tu, dhe jo ata ty. Kjo është përsosmëria e vërtetë, ndryshe nga kërcitja e nofullave, prishja e gojës me fjalë marrëzie dhe moskënaqja me caktimin e Allahut.
Pikëllimi pas fatkeqësisë shërohet edhe kur njeriu është i vetëdijshëm se durimi dhe shprehja e kënaqësisë sjellin një lloj gëzimi, qetësie e rehatie, që janë shumë herë më të mëdha se ato që kanë humbur pas fatkeqësisë. Për këtë rast, do të ishte e mjaftueshme si shpërblim Shtëpia e Falënderimit që robi do të marrë në Xhenet, shtëpi e cila do të ndërtohet pikërisht për të, pasi ai ka falënderuar Zotin e tij dhe i është mbështetur plotësisht Atij. Cila është humbja më e madhe: ajo që ka ardhur prej fatkeqësisë apo shpërblimi që do të merret në Vendin e Përjetësisë?

Tirmidhiu sjell këtë hadith të Profetit (s.a.u.s.): "Ditën e Gjykimit, disa njerëz do të dëshironin që lëkura e tyre të ishte prerë me gërshërë në jetën e kësaj bote, për shkak të shpërblimit që ata do të

shohin duke marrë njerëzit të cilët janë treguar të duruar në fatkeqësi."[1]

Disa nga të parët tanë të mirë kanë thënë: "Sikur të mos ishin fatkeqësitë e kësaj bote, ne të gjithë do të dilnim të humbur Ditën e Gjykimit."

Nëse robi humbet gjithë dynjanë, por ka Zotin, ai i ka të gjitha, pasi Zoti i mjafton. Çdo humbje dhe fatkeqësi është e papërfillshme nëse ke me vete Zotin tënd. Pra, kënaqu me caktimin e Tij dhe lumturohu, se Zoti është me ty, sikurse thuhet në këto vargje:

Çdo gjë këtu, nëse humbet,
Ka ajo shoqen e vet,
Ndërsa kjo me Zotin s'shkon,
Asgjë Atë s'e zëvendëson!

Le ta dijë robi se, në varësi të reagimit të tij ndaj fatkeqësisë, do të jetë edhe shpërblimi që do të marrë. Ata që kënaqen me fatkeqësinë do të marrin si shpërblim lumturinë, ndërsa ata që zemërohen dhe inatosen do të marrin si shpërblim vetëm zemërimin. Fatkeqësia ndikon te njeriu pikërisht aq sa e lejon ai të ndikojë. Për këtë arsye, ai duhet të zgjedhë mes shpërblimit më të mirë dhe pasojave më të këqija. Nëse ai ndien zemërim dhe revoltë, do të shkruhet në librin e të shkatërruarve. Nëse ndien pikëllim dhe braktis një detyrë apo kryen një haram, do të shkruhet në librin e njerëzve që neglizhojnë detyrimet e tyre. Nëse ankohet dhe tregohet i paduruar, do të shkruhet në librin e atyre që i kanë bërë padrejtësi vetes. Nëse dikush mohon caktimin e Allahut dhe vë në dyshim urtësinë e Tij, veçse ka trokitur në derën që të çon në hipokrizi ose tashmë është futur në të. Nga ana tjetër, nëse dikush tregohet i duruar për hir të Allahut, ai do të shkruhet me ata që janë të duruar. Nëse ai ndihet i kënaqur, do të shkruhet

---

[1] Tirmidhiu, me numër 2404, në kapitullin *Asketizmi*. Hadithin e përcjell Abdurrahman ibn Maza prej El Ameshit, ky prej Ebu Zubejrit, e ky prej Xhabirit. Por Abdurrahman ibn Maza është përcaktuar nga studiuesit si "i dobët", sidomos me hadithet që përcjell prej El Ameshit.

bashkë me besimtarët e gëzuar e të lumtur. Nëse lavdëron dhe falënderon Allahun, do të shkruhet me robërit falënderues dhe do të grumbullohet nën flamurin e atyre që e lavdërojnë Allahun. E nëse fatkeqësia e bën njeriun të mallëngjehet për takimin me Zotin e tij, ai do të shkruhet me personat e sinqertë në dashurinë e tyre për Allahun.

Ahmedi dhe Tirmidhiu sjellin hadithin: "Kur Allahu e do një popull, i kalon ata nën sprova. Nëse ata gëzohen, do të shpërblehen me gëzim, e nëse zemërohen, do të shpërblehen vetëm me zemërim."

Për të shpëtuar nga hidhërimi i tepërt duhet gjithashtu të dish se sado i pikëlluar të ndihesh, herët a vonë do të detyrohesh ta tejkalosh me durim këtë gjendje, por në këtë rast nuk shpërblehesh, pasi durimi është bërë duke qenë i detyruar. Një njeri i urtë ka thënë: "Ditën e parë kur godet fatkeqësia, i mençuri sillet ashtu siç sillet injoranti disa ditë më vonë. Ata që nuk tregojnë durim të lavdërueshëm, do të detyrohen gjithsesi të harrojnë më vonë, pikërisht ashtu siç veprojnë kafshët." Në *Sahih* është transmetimi që dëshmon se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Durim (i vlefshëm) është ai që bëhet në çastin kur godet fatkeqësia."[1] Ndërsa Eshath ibn Kajsi ka thënë: "Bëj durim duke besuar dhe prit shpërblimin e Allahut. Në të kundërt, ti do të harrosh i detyruar, pikërisht ashtu siç bëjnë edhe kafshët."

Për të tejkaluar hidhërimin, njeriu duhet të dijë se ilaçi më i mirë është pajtimi me Zotin e tij në çështjen që ka vendosur Ai, pasi sekreti i dashurisë është: kush dashuron pajtohet me atë që ai do. Ata që mëtojnë dashurinë ndaj dikujt dhe nuk pajtohen me dëshirat e këtij të fundit, por synojnë gjërat që ai i urren, atëherë kështu ata dëshmojnë se nuk janë të vërtetë në pretendimin e tyre për dashuri.

Ebu Derdai ka thënë: "Kur Allahu vendos për një çështje, Ai dëshiron që vendimi i Tij të pranohet." Ndërsa Imran ibn Huseini

---

[1] Buhariu, vëll. 3, 138.

thoshte kur sëmurej: “Më e dashura për Atë (Allahun) është më e dashura edhe për mua.” Edhe Ebu Atija thoshte të njëjtat fjalë. Kësisoj, kjo mënyrë funksionon vetëm për ata që kanë dashuri të sinqertë për Allahun, dhe nuk jep rezultat te të tjerët.

Pikëllimi mposhtet edhe kur bën krahasimin se cila është më e pëlqyeshme, më e dashur dhe më afatgjatë: kënaqësia që hoqi fatkeqësia apo gëzimi me shpërblimin e Allahut? Nëse kupton dhe zgjedh alternativën më të mirë, atëherë falëndero Allahun për udhëzimin që të bëri. Nëse zgjedh variantin më të ulët, dije se e keqja që të ka kapur mendjen, zemrën dhe besimin është më e madhe se ajo që po vuan prej gjëmës.

Një mënyrë tjetër që e lufton hidhërimin është njohja e faktit që Ai i Cili sprovon me atë gjendje është më i Urti dhe më i Mëshirshmi, dhe se Ai nuk sprovon me qëllimin që t'i shkatërrojë, ndëshkojë ose poshtërojë njerëzit. Përkundrazi, fatkeqësia shërben për të provuar durimin, besimin dhe kënaqjen e tyre me Allahun, i Cili dëshiron që të dëgjojë përgjëresën e robit, lutjet dhe përuljen para Tij, duke kërkuar mbështetjen e Tij, duke nënshtruar zemrën para Tij dhe duke iu ankuar vetëm Atij.

Shejh Abdul Kadiri ka thënë: “Biri im! Sprova nuk synon shkatërrimin tënd. Përkundrazi, ajo shërben për të matur durimin dhe besimin tënd. Biri im! Fati është si luani, dhe luani nuk ha ngordhësira!”

Sprova për besimtarin është si farka për metalin. Besimtari do të dalë pas saj ose ar i kulluar ose i tëri zgjyrë. Nëse farka nuk jep rezultat për robin në këtë botë, atëherë ai do të përballet me farkën më gjigante, me zjarrin e Xhehenemit. Për këtë arsye, njeriu duhet ta dijë se të sprovohet me farkën e kësaj bote është më mirë sesa të përballet me ‘farkën’ e botës tjetër. Ai duhet ta dijë se nuk ka zgjidhje tjetër përveç këtyre dy farkave, prandaj le të vlerësojë mirësinë e Allahut mbi të duke u sprovuar me farkën e kësaj bote.

Ilaç tjetër për pikëllimin është kur e di se po të mos ishin vuajtjet e dynjasë, atëherë robi do të bëhej arrogant, kryelartë dhe zemërgur, tipare të cilat do të sillnin në fund shkatërrimin e tij. Është mëshira e të Gjithëmëshirshmit që Ai i sprovon njerëzit me fatkeqësi, në mënyrë që këto të fundit të shërbejnë si parandaluese të sjelljeve të këqija, duke ruajtur kështu karakterin e mirë të besimtarit. Jo vetëm kaq, por ato edhe e kullojnë robin nga cilësitë e prishura.

Falënderimi i qoftë Allahut, i Cili mëshiron duke sprovuar dhe sprovon për të begatuar!

Nëse Allahu nuk do t'i sprovonte njerëzit me vështirësi, ata do të bëheshin arrogantë dhe do të ushtronin dhunë e padrejtësi. Kur Allahu i Lartësuar dëshiron të mirën për robërit e Tij, i sprovon ata me vuajtje e vështirësi, sipas shkallës së besimit që kanë. Në këtë mënyrë, Allahu i shpëton robërit nga sëmundjet shkatërruese (epshet dhe gjynahet), derisa ata të pastrohen plotësisht dhe të udhëzohen drejt, duke u dhënë statusin më të lartë të kësaj bote: të jenë robër të Allahut. Edhe në ahiret ata do të fitojnë gradën më të lartë të atjeshme: kundrimin me sy të Allahut dhe qëndrimin pranë Tij.

Pikëllimi shërohet nëse e di që hidhësia e kësaj jete është, në fakt, ëmbëlsia e jetës tjetër, pasi është Allahu Ai që do ta bëjë kështu. Në të njëjtën mënyrë, ëmbëlsia e kësaj jete është, në fakt, hidhësia e jetës tjetër. Durimi i hidhësisë afatshkurtër, për të fituar ëmbëlsinë e përjetshme është, sigurisht, më e mirë se e kundërta.

Nëse ka ndonjë që nuk i kupton këto fakte, atëherë le të kujtojë thënien e atij që fliste vetëm të vërtetën, Muhamedit (s.a.u.s.): "Xheneti është i rrethuar me vështirësi dhe dhembje, ndërsa Xhehenemi është i rrethuar me qejfe e kënaqësi."

Në bazë të të kuptuarit të kësaj çështjeje, bëhet dallimi edhe midis niveleve të logjikës ndër njerëz. Kështu, shumica e tyre parapëlqejnë të shijojnë kënaqësinë afatshkurtër, përkundrejt lumturisë së përjetshme. Ata nuk tregohen të duruar ndaj

sprovave të kësaj jete, që të fitojnë shpërblimin e pafundmë; nuk pranojnë të nënshtrohen një çast të shkurtër, për të fituar krenarinë e amshuar; nuk durojnë sprovën e një momenti, të fitojnë prehjen e përjetësisë. Sipas tyre, rëndësi ka vetëm e tashmja, që shikohet dhe dëshmohet, ndërsa e ardhmja është diçka e panjohur, që nuk mund të besohet, kështu që nuk ia vlen të sakrifikosh për të. Ç'është e vërteta, besimi i tyre është tepër i zbehtë, ose nuk ekziston fare, ndërsa në shpirtin e tyre sundon pushteti i dëshirave. Pikërisht ky është shkaku që ata i japin përparësi jetës së dynjasë, kundrejt ahiretit. Kështu ndodh kur njeriu sheh vetëm pamjen e jashtme të gjërave dhe nuk thellohet në realitetin e kësaj jete. Ndërsa ata që kanë mprehtësi dhe logjikë, ata arrijnë ta kuptojnë urtësinë e fjalëve të Zotit, duke kuptuar kështu edhe realitetin e çështjeve të kësaj bote dhe të botës tjetër.

Atëherë, afroje veten atje te çfarë ka përgatitur Allahu për besnikët e Tij, për ata që i binden Atij: te gëzimi i pashtershëm, te lumturia e përjetshme dhe te fitorja e madhe. Nga ana tjetër, mendo dhe kujto ndëshkimin, trishtimin e përjetshëm dhe poshtërimin që Allahu ka përgatitur për të këqijtë dhe shkapërdarët. "Çdokush sillet sipas mënyrës së vet…",[1] çdo njeri kërkon atë që i vjen më për shtat dhe atë që meriton.

Mos mendo se është tepruar me shtjellimin e kurave të pikëllimit, pasi është e domosdoshme si për doktorët, edhe për të sëmurët, që ato të shpjegohen me hollësi. Në fund, Allahu e di më mirë.

Udhëzimet e Profetit (s.a.u.s.) *për kurimin e depresionit, trishtimit dhe ankthit*

Në dy *Sahih*-ët është hadithi që vjen prej Ibn Abasit, se: Pejgamberi (s.a.u.s.), kur i ndodhte ndonjë fatkeqësi, thoshte: "*La ilahe il-l-Allahu, El Adhimul, Halim! La ilahe il-l-Allahu, Rabbul Arshil Adhim! La ilahe il-l-Allahu Rabbus-semauati seb'i, ue Rabbul erdi, Rabbul Arshil kerim!*" (Nuk ka të adhuruar tjetër veç Allahut, të Madhërishmit, Duruesit! Nuk ka të adhuruar tjetër veç Allahut, Zotit të Fronit

[1] Kuran, surja *Isra*, ajeti 84.

madhështor! Nuk ka të adhuruar tjetër veç Allahut, Zotit të shtatë qiejve, Zotit të tokës, Zotit të Fronit të Nderuar!)

Ndërsa Tirmidhiu, në librin *El Xhamiu*, sjell transmetimin nga Enesi, se: Pejgamberi (s.a.u.s.), kur e shqetësonte dhe trishtonte ndonjë gjë, thoshte: "*Ja Hajju, ja Kajjum! Bi rahmetike estegithu!*" (O i Përjetshëm Vetëjetues! Te mëshira Jote mbështetem!)

Po në të njëjtin libër ndodhet dëshmia prej Ebu Hurejrës, që: Pejgamberi (s.a.u.s.), kur shqetësohej për diçka, i ngrinte sytë lart në qiell dhe thoshte: "*Subhan-Allahil Adhim!*" (I Dëlirë është Allahu i Madhëruar nga çdo e metë!) Ndërsa kur lutej me përunjësi, i drejtohej Allahut me emrat e Tij: "*Ja Hajju, ja Kajjum!*" (O i Përjetshëm Vetëjetues!)

Në *Sunen*-in e Ebu Daudit gjendet transmetimi që vjen nga Ebu Bekrah, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Lutja e atij që e ka goditur fatkeqësia dhe sprova është: '*Allahumme! Rahmeteke erxhu! Fe la tekilni ila nefsi tarfete ajnin, ue aslih li she'ni kul-lehu! La ilahe il-la Ente*!' (O Allah! Në mëshirën Tënde shpresoj! Mos më lër të mbështetem në veten time as sa një pulitje sysh dhe m'i rregullo mua të gjitha çështjet e mia! Nuk ka të adhuruar tjetër veç Teje!)
Në të njëjtin libër është ky rrëfim nga Esma bintu Umejsi: - Njëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) më tha: "A të të mësoj disa fjalë, që t'i thuash kur të të bjerë ndonjë fatkeqësi? Thuaj: *Allahu Rab-bi! La ushriku Bihi shejen*! (Allahu është Zoti im! Unë nuk shoqëroj asgjë e asnjë me Të!) Sipas një transmetimi tjetër, kjo thuhet shtatë herë.
Në *Musned*-in e imam Ahmedit ndodhet transmetimi prej Ibn Mesudit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Çdo rob të cilin e godet ndonjë trishtim apo ankth dhe thotë: *Allahume, inni abduke, ibn abdike, ibn emetike! Nasieti bi jedike! Madin fijje hukmuke! Ad'lun fije kadauke! Es'eluke bikul-li ismin hue leke, sememejte bihi nefseke, eu enzeltehu fi kitabike, eu al-lemtehu ehaden min halkik eu iste'therte bihi fi ilmil gajbi indeke en texh'alel Kurane rabia kalbij, ue nura sadri, xhelae huzni, ue dhehabe hemmi!* (O Allah, unë jam robi Yt, biri i robit Tënd, biri i robëreshës Tënde! Qenia ime është në dorën Tënde! Vendimi Yt mbi mua sigurisht që do të ndodhë! Të drejta janë të

gjitha caktimet e Tua për mua! Po të drejtohem me të gjithë emrat e Tu, me të cilët e ke emërtuar Veten, apo të cilët i ke shpallur në Librin Tënd, apo të cilët ia ke mësuar ndonjë prej krijesave të Tua, apo të cilët i ke ruajtur në dijen Tënde të fshehtë: që ta bësh Kuranin pranverë të zemrës sime, dritë të gjoksit tim, largues të trishtimit tim dhe heqës të ankthit tim!), Allahu i Lartësuar ka për t'ia larguar trishtimin dhe ankthin, e ka për t'ia zëvendësuar ato me gëzim."

Ndërsa në *Sunen*-in e Tirmidhiut është transmetimi prej Sad ibn Ebu Uekkasit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Lutja e Dhu Ennunit (Junusit) kur ishte në barkun e peshkut, ishte: "*La il-lahe il-la Ennte! Subhaneke! Inni kuntu mine dhalimin*!" (Nuk ka zot tjetër veç Teje! I dëlirë je Ti nga çdo e metë! Vërtet, unë jam i padrejtë!) Çdo muslimani që lutet me këto fjalë për ndonjë çështje, Allahu ka për t'iu përgjigjur lutjes së tij." Sipas një transmetimi tjetër, Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Unë di disa fjalë, të cilat, nëse i thotë dikush në hall e vështirësi, Allahu ka për ta nxjerrë nga ajo gjendje dhe ka për ta shpëtuar. Ato janë fjalët e vëllait tim, Junusit..."

Në *Sunen*-in e Ebu Daudit është ky rrëfim që vjen prej Ebu Seid El Hudriut: "Një ditë, Pejgamberi (s.a.u.s.) hyri në xhami dhe gjeti atje një burrë nga ensarët, që e quanin Ebu Umameh. Ai e pyeti: "Çfarë halli ke, o Ebu Umameh, që po të shoh në xhami jashtë kohës së namazit?" - Ai i tha: - Hallet dhe borxhet më kanë mbytur, o i Dërguari i Allahut. - Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha: "A të të mësoj disa fjalë që, nëse i thua, Allahu ka për ta larguar hallin dhe ka për të ta larë borxhin?" - Po, o i Dërguari i Allahut. - Atëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Kur të agojë dhe kur të bjerë mbrëmja, thuaj: "*Allahumme, inni eudhu bike minel hemmi uel hazeni, ue eudhu bike min el axhzi uel keseli, ue eudhu bike minel xhubni uel buhli, ue eudhu bike min galebeti dejni ue kahri rixhal!*" (O Allah! Unë kërkoj mbrojtje tek Ti prej ankthit (për të ardhmen) dhe trishtimit (për të kaluarën)! Të kërkoj mbrojtje prej pamundësisë dhe plogështisë! Të kërkoj mbrojtje prej frikës dhe koprracisë! Të kërkoj mbrojtje nga pesha e borxhit dhe nga çdo gjë që i nënshtron dhe i mposht

burrat!) Unë - thotë Ebu Umameh - e zbatova atë që më porositi Pejgamberi (s.a.u.s.), dhe Allahu i Lartësuar ma largoi trishtimin dhe hallin ku kisha rënë, dhe ma shleu borxhin tim."[1]

Në *Sunen*-in e Ebu Daudit është transmetimi prej Ibn Abasit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Atij që gjithmonë i kërkon falje Allahut, Ai ka për t'i dhënë rrugëzgjidhje për çdo hall, ka për ta çliruar nga çdo ngushtim dhe ka për ta furnizuar andej nga nuk e pret!"

Në *Musned* thuhet se: kur Profetin e shqetësonte ndonjë çështje, nxitonte të falte namaz, sepse Allahu i Lartësuar thotë: "Kërkoni ndihmë me durim dhe me namaz." [Bekare, 54]

Në *Sunen* është hadithi, që thotë: "Kthejuni xhihadit, sepse ai është një prej portave të Xhenetit, nëpërmjet të cilit Allahu i Lartësuar largon trishtimin dhe dëshpërimin nga zemra!"

Përcillet prej Ibn Abasit se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Ai të cilit i janë shtuar hallet dhe dëshpërimet, le të thotë sa më shpesh: "*La haule ue la kuuete il-la bil-lah*" (Nuk ka ndryshim të gjendjes dhe nuk ka forcë ndryshe, por veçse me ndihmën e Allahut!) Në dy *Sahih*-ët thuhet se kjo deklaratë është një prej thesareve të Xhenetit, kurse në *Sunen*-in e Tirmidhiut përshkruhet si "një prej portave të Xhenetit".

Këto lutje që ne cituam përmbajnë në vete pesëmbëdhjetë lloje ilaçesh. Nëse ata nuk janë të mjaftueshëm për të larguar stresin, dëshpërimin dhe ankthin, atëherë kemi të bëjmë me një plagë të rëndë, e cila duhet të pastrohet dhe hiqet plotësisht. Kështu:
- Ilaçi i parë është pohimi i njëshmërisë së Allahut në zotërimin e Tij.
- I dyti është pohimi për njëshmërinë e Allahut në adhurimin që i kushtohet Atij.

---

[1] Buhariu, vëll. 11, 150; Muslimi, nr. 2706; Tirmidhiu, nr. 3480; Nesaiu, vëll. 8, 257; Ebu Daudi, nr. 1540.

- Ilaçi i tretë është besimi në deklaratën e teuhidit (*La ilahe il-l-Allah, Muhamedun resulullah*).
- I katërti është lavdërimi i Allahut se Ai nuk i trajton robërit e Tij me padrejtësi, dhe se nuk i ndëshkon ata pa arsye.
- I pesti është pranimi i robit se është ai vetë që bën padrejtësi.
- Ilaçi i gjashtë është lutja drejtuar Allahut me mënyrat më të dashura për Të, me emrat dhe atributet e Tij si: *El Hajj, El Kajjum*.
- Një tjetër ilaç është mbështetja dhe varësia e plotë tek Allahu i Vetëm.
- Ilaçi i tetë është pohimi i robit se shpresat e tij janë vetëm tek Allahu.
- I nënti është mbështetja e plotë vetëm në fuqinë e Allahut, larg mbështetjes tek aftësitë dhe forcat e tua, duke pranuar se i gjithë fati yt është në dorë të Allahut, i Cili mund të bëjë ç'të dojë me të. Këtu hyn edhe pranimi se caktimi i Allahut për robin patjetër që do të ndodhë, dhe se gjykimi i Tij është gjithnjë i drejtë.
- Ilaçi i dhjetë është kënaqja e zemrës me ajetet e Kuranit, duke e bërë atë ashtu siç është shiu i pranverës për krijesat: i imët, i dendur, i butë, i ëmbël, plot bereqet dhe i domosdoshëm. Njeriu duhet ta shfrytëzojë dritën e Kuranit për të zhdukur errësirën e epshit dhe kënaqësive. Kurani duhet të jetë miku i ngushtë atëherë kur të gjithë janë larguar, duhet të jetë prehja në kohë fatkeqësie dhe ilaçi për çdo sëmundje që prek zemrën. Kurani duhet të jetë larguesi i pikëllimit dhe fundi i dëshpërimit.
- I njëmbëdhjeti është *istigfar*-i, kërkimi i faljes.
- I dymbëdhjeti është pendimi tek Allahu.
- Ilaçi i trembëdhjetë është lufta në rrugë të Allahut.
- I katërmbëdhjeti është falja e namazit.
- I pesëmbëdhjeti është të jesh i vetëdijshëm se i gjithë pushteti dhe e tërë fuqia i takon Allahut, i Cili ka gjithçka në dorë.

Ndikimi i ilaçeve hyjnore në shërimin e sëmundjeve

Allahu i Lartësuar krijoi njeriun dhe organet e trupit të tij, duke i dhënë çdo organi formën dhe funksionin e tij të caktuar dhe të përsosur. Rrjedhimisht, kur organi humbet përsosmërinë e tij, ai ndien dhembje. Në të njëjtën mënyrë, Allahu ka krijuar zemrën, organin kryesor, në formë dhe funksion të përsosur. Edhe zemra,

kur humbet përsosmërinë e saj, ajo ligështohet dhe preket nga sëmundje të ndryshme, si pikëllimi, dëshpërimi dhe ankthi. Kështu ndodh edhe me syrin, me veshin apo me gjuhën, kur ato humbasin funksionin për të cilin janë krijuar: ato humbin përsosmërinë e tyre.

Zemra është krijuar për të njohur Krijuesin e saj, për ta dashur Atë, për ta adhuruar Atë të Vetëm, për të qenë i kënaqur dhe për t'u lumturuar me Të. Zemra është krijuar, gjithashtu, që të mbështetet tek Allahu, të dashurojë për hir të Tij, të urrejë për hir të Tij, të bëjë miq për hir të Tij, të armiqësohet për hir të Tij dhe për ta kujtuar Atë vazhdimisht. Zemra është krijuar për ta dashur Allahun më tepër se gjithçka e gjithkush, për të shpresuar tek Ai më shumë se te gjithçka e gjithkush, për t'iu nënshtruar dhe për të respektuar Atë më shumë se gjithçka e gjithkush tjetër. Nuk shijohet gëzim, kënaqësi, lumturi e ëmbëlsi ndryshe, nëse nuk ke këto cilësi të zemrës, të cilat janë ushqim, shëndet e jetë për të. Kështu, kur asaj i mungon ushqimi, shëndeti dhe jeta, atëherë pikëllimi, dëshpërimi dhe vuajtjet do ta sulmojnë nga të gjitha anët dhe, përfundimisht, do ta pushtojnë.

Sëmundjet më të këqija të zemrës janë *shirk*-u, gjynahet, hutesa, shpërfillja e veprave që e kënaqin Zotin dhe të cilat Ai i do, mosmbështetja te Zoti, moslënia e çështjeve në dorën e Tij, mbështetja te dikush apo diçka tjetër veç Zotit, zemërimi me caktimet dhe gjykimet e Zotit, si edhe dyshimet e pasiguria në premtimet dhe paralajmërimet e Zotit.

Nëse e mendon mirë çështjen e sëmundjeve të zemrës, do të kuptosh se arsyet që ne përmendëm janë të vetmet që fshihen pas këtyre sëmundjeve. Kësisoj, ilaçi gjendet pikërisht në të kundërtat e tyre. Ne e kemi thënë edhe më lart se një sëmundje hiqet me të kundërtën e saj dhe se shëndeti ruhet duke përdorur atë gjë me të cilën trupi i njeriut është mësuar, në ndjekje të këshillave profetike.

Teuhidi hap portën e të gjitha të mirave, të gëzimit, lumturisë dhe kënaqësisë. Ai ia zbukuron jetën njeriut dhe e ndihmon atë që të jetojë në përputhje me ligjet e të Madhëruarit. Ndërsa pendimi, nga ana tjetër, nxjerr jashtë çdo faktor të dëmshëm, që i shkakton sëmundje zemrës. Teuhidi është gjithashtu dieta e zemrës kundra elementeve të dëmshme, sepse ai mbyll portën e të këqijave. Dera e të gjitha të mirave çelet me teuhidin, ndërsa pendimi dhe kërkimi i faljes mbyllin derën e të këqijave.

Doktorët e hershëm thoshin se, kushdo që dëshiron të gëzojë shëndet të mirë për trupin, duhet të konsumojë pak ushqime dhe pije, e kush dëshiron prehje për zemrën, le të largohet prej gjynaheve!" Ndërsa Thabiti ka thënë: "Shëndeti i mirë i trupit arrihet duke ngrënë sa më pak ushqim, mirëqenia e shpirtit kërkon sa më pak gjynahe, kurse pastërtia e gjuhës ka nevojë për sa më pak fjalë." Mjeku i zemrave Abdullah ibn Mubaraku ka thënë:

Gjynahet shoh që zemra vrasin,
Kur i bën shpesh, sjellin poshtërim!
Në duan jetë, të mos i qasin,
të shkojnë larg tyre, në emigrim!

Gjynahet janë si helmi për zemrën: nëse nuk e shkatërrojnë atë, të paktën do ta dobësojnë. Por, kur zemra është e dobët, ajo nuk ka fuqinë e duhur ta luftojë sëmundjen.

Sëmundjet më të shumta të zemrës vijnë nëpërmjet kënaqjes dhe përmbushjes së dëshirave dhe qejfeve të saj, ndërsa distancimi prej tyre është ilaçi më i mirë i saj. Njeriu, në natyrën e tij, është injorant dhe i padrejtë. Për shkak se është injorante, vetja (*nefs*) mendon se ilaçi i zemrës është ndjekja e dëshirave të saj, ndonëse kjo rrugë e çon atë gjithnjë në shkatërrim të plotë. E për shkak se është e padrejtë, vetja nuk e pranon këshillën e mjekut të sinqertë. Kësisoj, kur vetes i paraqitet sëmundja, ajo e pranon atë, ndërkohë që, nga ana tjetër, ajo e refuzon ilaçin kur ai i këshillohet. Për shkak se vetja parapëlqen sëmundjen në vend të ilaçit, të cilin ajo përpiqet ta shmangë, atëherë vijnë e zhvillohen edhe mjaft sëmundje të tjera e, në këtë rast, doktori nuk është më në gjendje

t'i kontrollojë ato; rrjedhimisht, edhe ilaçi i tyre nuk mund të gjendet.

Por, sidoqoftë, e keqja më e madhe është se njeriu e shfajëson veten nga çdo gjë dhe, për të gjitha këto, ai fajëson fatin dhe Zotin e tij; në fillim heshturazi, e më pas duke e shprehur me gjuhë. Kur i sëmuri arrin në një gjendje të tillë, nuk ka më shpresa për shërim, veç nëse Zoti i tij dëshiron t'i dhurojë një jetë të re, duke i mundësuar një mënyrë të mirë dhe efikase kurimi.

Kjo është arsyeja përse hadithi i Ibn Abasit, që flet për lutjen e Profetit (s.a.u.s.) në kohë fatkeqësie: "*La ilahe il-l-Allahu, El Adhimul, Halim! La ilahe il-l-Allahu, Rabbul Arshil Adhim! La ilahe il-l-Allahu Rabbus-semauati seb'i, ue Rabbul erdi, Rabbul Arshil kerim!*" (Nuk ka të adhuruar tjetër veç Allahut, të Madhërishmit, Duruesit! Nuk ka të adhuruar tjetër veç Allahut, Zotit të Fronit madhështor! Nuk ka të adhuruar tjetër veç Allahut, Zotit të shtatë qiejve, Zotit të tokës, Zotit të Fronit të Nderuar!), përmban njëshmërinë e Allahut në adhurimin kushtuar Atij (*La ilahe il-l-Allahu*) dhe në zotërimin e Tij (*Rabbus-semauati seb'i, ue Rabbul erdi, Rabbul Arshil kerim*), madhështinë e Tij (*El Adhimu*) dhe faktin që Ai është më Duruesi (*El Halim*). Këto dy cilësi të Tij (i Madhërishëm dhe i Duruar) tregojnë përsosmërinë e atributeve të gjithëmundshmërisë, mëshirës, bujarisë dhe faljes së Tij.

Në të njëjtin hadith flitet për zotërimin e Allahut në tokë, qiej dhe mbi Fronin e Tij, i cili është krijimi më i epërm dhe më madhështor se çdo krijesë tjetër. Pohimi se Allahu është Zotëruesi absolut lipset të ndiqet nga adhurimi i Tij si një Zot i Vetëm, duke dashur Atë më tepër, duke iu frikësuar njëmend vetëm Atij, duke shpresuar vetëm tek Ai, duke lavdëruar vetëm Atë dhe duke iu bindur vetëm Atij. Po ashtu, pohimi se Allahut i takon madhështia absolute, duhet të shoqërohet me pohimin e çdo lloj atributi absolut për Të dhe me mohimin e çdo barazie a ngjashmërie të krijesave me Të. Nëse pranon që Allahu është më i Durueshmi, atëherë duhet patjetër të pohosh se mëshira dhe butësia e Tij ndaj krijesave është gjithashtu e përsosur.

Kur zemra i njeh mirë këto fakte, asaj i ngjallet dëshira që t'i plotësojë kushtet për të dashur Allahun dhe për të madhëruar Atë të Vetëm. Pas kësaj, ajo arrin të shijojë një ëmbëlsi e gëzim, me anë të të cilëve do të mposhtë ndjenjat e hidhërimit, ankthit dhe ligështisë. Dihet tashmë se kur një i sëmurë dëgjon apo sheh pranë diçka a dikë që e lumturon në zemër, trupi bëhet më i gjallë në luftën e tij ndaj sëmundjes. Atëherë, si mund të mohohet ndikimi që sjell në shpirt afërsia me Zotin ose kënaqësia që sjellin përkujtimi dhe lutjet drejtuar Atij që ka krijuar shpirtin dhe e mban gjallë atë?! Nëse i pikëlluari krahason gjendjen e tij të ngushtimit me kumtet e mrekullueshme që përmban *dua*-ja, do të kuptojë se fjalët e saj janë pikërisht ilaçi që shpëton zemrën nga depresioni, prandaj do ta zëvendësojë atë me ngazëllimin që shoqëron gëzimin dhe lumturinë. Vetëm ata që i kanë provuar të tilla ndjenja dhe vetëm ata që i kanë zemrat të mbushura me dritën e së vërtetës mund t'i japin këtij argumenti vendin që meriton.

Pejgamberi (s.a.u.s.), kur e shqetësonte dhe e trishtonte ndonjë gjë, thoshte: "*Ja Hajju, ja Kajjum! Bi rahmetike estegith!*" (O i Përjetshëm Vetëjetues! Te mëshira Jote mbështetem!) Kjo lutje ka një ndikim të veçantë në largimin e pikëllimit.

El Hajju (i Përjetshëm) është një atribut që i përfshin të gjitha cilësitë absolute, ndërsa *El Kajjum* (Vetëjetues) nënkupton Atë që nuk ka nevojë për askënd e asgjë, por që çdo krijesë ka nevojë për kujdesin e Tij. Kësisoj, ky atribut ngërthen në vete veprat e përkryera të Allahut. Ja përse *El Hajj* dhe *El Kajjum* përbëjnë emrin më madhështor të Allahut. Ky emër është i tillë që, nëse e thërret Allahut me të, Ai do të përgjigjet, e nëse i lyp diçka, Ai do të ta japë.

Jeta e përkryer është e kundërta e sëmundjeve dhe e të metave. Banorët e Xhenetit nuk vdesin, nuk kalojnë në vuajtje a dëshpërim dhe nuk sëmuren kurrë. Nëse jeta ka një fund, ajo dëshmon për ekzistencën e mangësive në veprime dhe në aftësinë për të qenë i

panevojshëm. Kësisoj, përjetësia përshtatet me panevojshmërinë e përhershme. I Përjetshmi (*El Hajj*) nuk ka asnjë të metë në Qenien e Tij, ndërsa Vetëjetuesi (*El Kajjum*) mund të bëjë gjithçka që dëshiron. Kjo është arsyeja që, po ta thërrasësh Allahun me emrin *El Hajjul Kajjum*, kjo ka për të dhënë një efekt të thellë në largimin e atyre gjendjeve që janë të kundërtat e jetës dhe të aftësisë.

Po në lidhje me këtë, Pejgamberi (s.a.u.s.) i lutej Allahut, duke e thirrur Atë "O Zoti i Xhibrilit, Mikailit dhe Israfilit!", për ta udhëzuar në ato çështje të së vërtetës, rreth të cilave njerëzit ishin të përçarë. Le të bëhej kjo me vullnetin e Tij, pasi zemra jeton veç kur është e udhëzuar.

Tre engjëjt e përmendur në lutje janë përgjegjës për çështjet më të domosdoshme të jetës. Kështu, Xhibrili është përgjegjës për transmetimin e Shpalljes hyjnore, e cila është ushqimi i zemrave. Mikaili është përgjegjës për shiun, pa ujin e të cilit nuk jeton dot trupi, ndërsa Israfili është i ngarkuar të fryjë Surin, që do të lajmërojë ringjalljen e shpirtrave dhe rikthimin e tyre në trupat përkatës. Për këtë arsye, lutja drejtuar Allahut duke përmendur zotërimin e Tij mbi këta tre engjëj, të cilët janë përgjegjës për të gjitha llojet e jetës, ka një ndikim të veçantë në përmbushjen dhe arritjen e asaj që njeriu kërkon.

Po ashtu, nëse e thërret Allahun me emrin *El Hajjul Kajjum*, do të ketë një ndikim të veçantë në përgjigjen e lutjes dhe në largimin e sprovës. Në *Sunen* dhe në *Sahih*-un e Ebu Hatimit është një hadith *merfu*, që tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Emri më i madh i Allahut është në këto dy ajete: "Nuk ka të adhuruar tjetër me meritë përveç Tij; Ai është i Mëshirshmi, Mëshiruesi." [Bekare, 163] Dhe: "Elif, Lam, Mim! Allahu! Nuk ka zot tjetër me meritë përveç Tij, *El Hajjul Kajjum.*" [Ali Imran, 1] Tirmidhiu thotë që ky është një hadith i saktë.

Përsëri në *Sunen* dhe në *Sahih*-un e Ibn Hibanit është hadithi i përcjellë prej Enesit, që tregon: "Njëherë, një burrë tha në lutjen e tij: *Allahume inni eseluke bienne lekel hamdu, la ilahe ila ente, el*

mennanu, bediusemavati uel erdi, ja dhel xhelali uel ikram, ja hajju ja kajjumu! (O Allah! Unë po të lutem duke pohuar se veç Ty të takon falënderimi! Nuk ka të adhuruar me të drejtë veç Teje! Ti je Bujari (*El Mennanu*), Krijuesi i qiejve dhe i tokës! O Zotërues i lavdisë dhe fisnikërisë (*Dhul Xhelali uel Ikram*)! O i Përjetshëm Vetëjetues (*El Hajjul Kajjum*)!" Pejgamberi (s.a.u.s.), kur e dëgjoi, tha: "Ai e luti Allahun me emrin e Tij më të madh, me të cilin, nëse i lutesh, Ai të përgjigjet, dhe nëse i kërkon, Ai të jep!"
Kjo është arsyeja që, kur Pejgamberi (s.a.u.s.) i lutej Allahut, thoshte: "O *Hajj,* o *Kajjum*!"

Në *Sunen*-in e Ebu Daudit është rrëfimi që vjen nga Ebu Bekrah, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Lutja e atij që e ka goditur fatkeqësia dhe sprova është: "*Allahumme! Rahmeteke erxhu! Fe la tekilni ila nefsi tarfete ajnin, ue aslih li she'ni kul-lehu! La ilahe il-la Ente!*" (O Allah! Në mëshirën Tënde shpresoj! Mos më lër të mbështetem në veten time as sa një pulitje sysh, dhe m'i rregullo të gjitha çështjet! Nuk ka të adhuruar tjetër veç Teje!) Kjo lutje përmban thirrjen drejtuar Allahut, i Cili i ka në dorë të gjitha mirësitë. Ajo shpreh gjithashtu mbështetjen dhe varësinë e plotë tek Allahu, duke ia lënë të gjitha çështjet Atij. Ajo është një përgjëratë drejtuar Atij, për t'u dhënë sukses çështjeve të robërve. Por në të përfshihet edhe lutja që Ai të mos e lejojë robin të mbështetet te vetvetja. Në fund, të gjitha këto lutje bëhen duke përmendur njëshmërinë e Tij. Çdonjëri nga këta elementë ka një ndikim të veçantë në largimin e pikëllimit.
Të njëjtin efekt ka edhe *dua*-ja tjetër që këshillonte Pejgamberi (s.a.u.s.) në raste fatkeqësie dhe sprove: "*Allahu Rabbi! La ushriku bihi shejen!*" (Allahu është Zoti im! Unë nuk shoqëroj asgjë e asnjë me Të!)

Për sa i përket hadithit të Profetit (s.a.u.s.), të përcjellë nga Ibn Mesudi, se: "Çdo rob të cilin e godet ndonjë trishtim apo ankth dhe thotë: 'O Allah, unë jam robi Yt, biri i robit Tënd, biri i robëreshës Tënde! Qenia ime është në dorën Tënde! Vendimi Yt mbi mua sigurisht që do të ndodhë! Të drejta janë të gjitha caktimet e Tua për mua! Po të drejtohem me të gjithë emrat e Tu,

me të cilët e ke emëruar Veten, apo të cilët i ke shpallur në Librin Tënd, apo të cilët ia ke mësuar ndonjë prej krijesave të Tua, apo të cilët i ke ruajtur në dijen Tënde të fshehtë: që ta bësh Kuranin pranverë të zemrës time, dritë të gjoksit tim, largues të trishtimit tim dhe heqës të ankthit tim!', Allahu i Lartësuar ka për t'ia larguar trishtimin dhe ankthin, e ka për t'ia zëvendësuar me gëzim."

Ky hadith pra, përmban aq mësime prej dijes hyjnore dhe prej sekreteve të robërisë së Allahut, sa nuk ka libër që t'i shpjegojë të tëra. Në të dëshmohet robëria e personit dhe robëria e babait dhe e nënës së tij ndaj Allahut. Aty dëshmohet se fati i robit është i tëri në duart e Allahut të Madhëruar dhe se Ai mund të bëjë me robin çfarë të dojë. Robi vetë nuk mund të bëjë ndonjë të mirë a ndonjë të keqe, nuk mund të jetojë ose të vdesë e nuk mund të ringjallet pa qenë Allahu. Kur njeriu është skllav i dikujt tjetër, kjo do të thotë që ai nuk zotëron asgjë, madje as veten; ai është i robëruar nën pushtetin dhe autoritetin e padronit të tij.
Në këtë lutje thuhet: "…*Vendimi Yt mbi mua sigurisht që do të ndodhë! Të drejta janë të gjitha caktimet e Tua për mua*!" Ky fragment përmban dy elemente kryesore të teuhidit. Së pari, ai pohon *kader*-in e Allahut dhe se caktimi i Tij patjetër që do t'u ndodhë robërve të Tij, të cilët nuk kanë asnjë mundësi që t'i shpëtojnë apo t'i shmangen atij.

Vendimet dhe caktimet e Allahut janë gjithnjë të drejta; ato kurrë nuk përmbajnë padrejtësi për robin e Tij. Vendimet e Allahut përputhen gjithmonë me drejtësinë dhe butësinë. Padrejtësia është një e metë, e cila nënkupton nevojë ose varësi deri diku, injorancë dhe abuzim. Një sjellje e tillë nuk mund të jetë kurrë e Atij që ka dituri krejtësore për gjithçka, e Atij që nuk ka nevojë për asgjë e për askënd, ndërkohë që gjithkush dhe gjithçka ka nevojë për Atë; e Atij që është Gjykuesi më i drejtë i çështjeve. Asnjë pjesëz e caktimit të Allahut nuk mund të jetë pa urtësi dhe e papërkryer, ashtu si kurrë nuk mund të dalë jashtë pushtetit dhe vullnetit të Tij. Urtësia e Allahut është gjithëpërfshirëse, njëlloj si pushteti dhe vullneti i Tij, dhe kjo është arsyeja përse profeti Hud, kur populli i

tij tentoi ta frikësonte me idhujt e vet, tha: "Unë kam dëshmitar Allahun, por dëshmoni edhe ju, se unë jam larg nga idhujt që ju i adhuroni në vend të Tij. Të gjithë ju bëni komplot kundër meje dhe mos më jepni afat aspak! Unë mbështetem tek Allahu, Zoti im dhe Zoti juaj. S'ka asnjë gjallesë që të mos jetë nën pushtetin e Tij. Me të vërtetë, Zoti im është në rrugë të drejtë." [Hud, 54-56]

Ky ajet tregon që, ndonëse Allahu ka në dorë gjithë fatin e robërve të Tij dhe bën çfarë të dojë me çështjet e tyre, Ai është "në rrugë të drejtë", që do të thotë se Ai kurrë nuk cakton për ata diçka që nuk përmban në vetvete urtësi, drejtësi, dashamirësi dhe mëshirë.

Thënia e Profetit (s.a.u.s.): "*Vendimi Yt mbi mua sigurisht që do të ndodhë!*" përputhet me atë që thuhet në Kuran: "S'ka asnjë gjallesë që të mos jetë nën pushtetin e Tij." Ndërsa fjalia tjetër e hadithit: "*Të drejta janë të gjitha caktimet e Tua për mua*!" është e ngjashme me ajetin: "Me të vërtetë, Zoti im është në rrugë të drejtë."

Më tej, Pejgamberi (s.a.u.s.) i lutej Allahut me të gjithë emrat e Tij, me të cilët Ai ka emëruar Veten, apo të cilët i ka shpallur në Librin e Tij, apo të cilët ia ka mësuar ndonjë prej krijesave të Tij, apo të cilët i ka ruajtur në dijen e Tij të fshehtë, pa ia treguar ndonjë engjëlli apo profeti. Kjo lloj lutjeje është një nga më të mirat dhe të dashurat për Allahun e, njëkohësisht, një nga më të frytshmet për robin, për sa i përket rezultatit që ai dëshiron të arrijë.

Më pas, Pejgamberi (s.a.u.s.) i kërkonte Allahut që ta bënte Kuranin për zemrën e tij ashtu siç është pranvera për krijesat. Ai e luste Allahun që ta bënte Kuranin ilaç për pikëllimin dhe dëshpërimin e tij, ashtu sikurse veprojnë barnat për të larguar sëmundjet e trupit, duke i ridhënë atij shëndetin e gjallërinë e humbur. Ai i kërkonte Allahut që t'ia bënte Kuranin pastrues të ndryshkut dhe të papastërtive të zemrës. Nëse i sëmuri e përdor këtë recetë me sinqeritet në zemër, ajo patjetër që do t'ia largojë plotësisht sëmundjen dhe do t'ia zëvendësojë atë me shëndet, jetë e gjallëri.

Për sa i përket lutjes së Junusit në barkun e peshkut: “Nuk ka zot tjetër veç Teje! I dëlirë je Ti nga çdo e metë! Vërtet, unë jam i padrejtë!”, në të shprehet pranimi që i bën robi faktit se ai vetë është i padrejtë dhe gjynahqar, duke e bërë kështu lutjen një ilaç mjaft efikas kundra dëshpërimit, ankthit dhe pikëllimit. Ajo është një mënyrë tepër e suksesshme e afrimit tek Allahu, e cila garanton shpëtimin prej asaj gjëje që kërkon lutësi.

Teuhidi dhe lavdërimi i Allahut i pohon të gjitha aspektet e përsosmërisë së Tij, ashtu siç mohon çdo lloj të mete që tentohet t’i mvishet Atij. Pranimi i padrejtësisë nga ana e robit nënkupton besimin e tij te ligji i Allahut dhe besimin te shpërblimi dhe ndëshkimi. Ky pranim e bën robin të tregohet i përulur dhe i penduar, duke e shoqëruar këtë me kërkim faljeje dhe me shprehje dobësie e robërie përpara Allahut të Madhëruar. Janë katër mënyra me anë të të cilave i kërkohet Allahut në këtë *dua*: deklarimi i teuhidit, lavdërimi i Allahut, pohimi i robërisë ndaj Tij dhe pranimi i gjynaheve nga ana e robit.

Për sa i përket hadithit me Ebu Umamen, ku mësohet lutja: "O Allah! Unë kërkoj mbrojtje tek Ti prej ankthit (për të ardhmen) dhe trishtimit (për të kaluarën)! Të kërkoj mbrojtje prej pamundësisë dhe plogështisë! Të kërkoj mbrojtje prej frikës dhe koprracisë! Të kërkoj mbrojtje nga pesha e borxhit dhe nga çdo gjë që i nënshtron dhe i mposht burrat!" Në këtë lutje, i kërkohet mbrojtje Allahut nga tetë gjëra, të cilat qëndrojnë përballë njëra-tjetrës, dy e nga dy: ankthi dhe pikëllimi, pamundësia dhe plogështia, frika dhe koprracia, pesha e borxhit dhe nënshtrimi nga burrat. Kështu, kur zemra përballet me diçka të urryer, kjo do të jetë ose diçka që pritet të ndodhë në të ardhmen, e cila shkakton ankth, ose diçka që ka ndodhur në të shkuarën, e cila e pikëllon njeriun dhe mund të ndikojë në interesat themelore të tij. Kur dikush nuk i arrin interesat e veta jetike, kjo ndodh sepse atij i mungon ose aftësia dhe mundësia, ose vullneti e dëshira për të arritur atë që duhet. Nëse dikush nuk është i dobishëm për të tjerët ose për veten, kjo ndodh sepse ai është ose frikacak (nuk ka kurajë) ose është koprrac, që nuk dëshiron të shpenzojë e të japë nga pasuria e vet. E nëse dikush bie nën zgjedhë, kjo mund të ndodhë ose prej borxheve të tij, në mënyrë të vullnetshme, ose prej njerëzve të padrejtë, në mënyrë të dhunshme. Siç shihet pra, lutja e mësipërme është një kërkim mbrojtjeje prej çdo lloj të keqeje.

***

Kërkimi i faljes ka një ndikim të thellë në largimin e dëshpërimit, ankthit dhe depresionit. Ky është një fakt i pranuar gjerësisht nga të urtët e çdo lloj populli. Arsyeja është se gjynahet sjellin gjithmonë ngushtim, frikë, trishtim dhe sëmundje në zemër. Pasi kalon një periudhë, ata që kryejnë rregullisht gjynahe nisin e velen e iu mërziten ato. Më tej, ata i shtojnë këto mëkate, duke menduar se ashtu do të largojnë depresionin dhe zbrazëtinë që ata ndiejnë, siç ka thënë njëri prej tyre:

Me qejf e piva të parën gotë,
Të dytën ankthi e mbushi plot.

Atëherë, kur pasojat e gjynaheve në zemër qenkan të tilla, ilaçi i vetëm për të është pendimi dhe kërkimi i faljes prej Allahut.

***

Për sa i përket namazit, ai ka një rol të veçantë në qetësimin dhe prehjen e zemrës. Jo vetëm kaq, por ai e forcon atë dhe i sjell gëzim asaj. Namazi është lidhja e zemrës dhe e shpirtit me Allahun. Me afrimin më të madh tek Allahu, me përkujtimin që i bën Atij, me kënaqësinë e të folurit me Të, me qëndrimin në këmbë para Tij, me përdorimin e të gjithë trupit dhe energjisë së robit, namazi bëhet ngazëllimi i zemrës dhe i shpirtit. Nëpërmjet namazit shprehet në mënyrë të drejtë robëria e çdo organi dhe gjymtyre, ndërsa zemrën e çliron nga angazhimi ndaj krijesave dhe ndaj marrëdhënieve e bisedave me to. Kësisoj, vëmendja e zemrës dhe e gjymtyrëve përqendrohet te Zoti dhe Krijuesi, duke qenë gjithashtu të mbrojtura nga pështjellimi që shkakton armiku (Shejtani) i tyre. Kjo është arsyeja përse namazi është një nga recetat dhe ushqimet më të mira, por ai vlen vetëm për ato zemra që janë të shëndetshme. Ndërsa me zemrat e sëmura ndodh njëlloj si me trupat e sëmurë: atyre nuk u vjen për shtat dhe nuk e shijojnë ushqimin e mirë.

Namazi është një nga mënyrat më të volitshme për të fituar të mirat e kësaj bote dhe të botës tjetër, si edhe për t'u ruajtur nga të këqijat e kësaj bote dhe të tjetrës. Ai i frenon njerëzit nga kryerja e gjynaheve, shëron sëmundjet e zemrës, të mbron nga sëmundjet e trupit, ndriçon zemrën dhe fytyrën, gjallëron gjymtyrët dhe shpirtin, sjell riskun prej Allahut, largon padrejtësinë, ndihmon të dhunuarit, mposht epshet e zemrës, ruan të mirat e begatitë, largon vuajtjet, sjell mëshirën, zbut fatkeqësitë dhe ndihmon kundra shumë sëmundjeve që prekin organet e brendshme.

Në *Sunen*-in e tij, Ibn Maxhe citon rrëfimin e Ebu Hurejrës, të sjellë nga Muxhahidi: "Njëherë, kur isha duke fjetur, Pejgamberi (s.a.u.s.) më pa tek rënkoja nga një dhembje në bark. Ai më tha: "O Ebu Hurejre! A ke shqetësime nga barku?" - "Po", - i thashë unë. Atëherë, ai më tha: - "Ngrihu dhe falu, se namazi është ilaç!"
Është thënë, gjithashtu, se këto fjalë nuk ishin të Profetit (s.a.u.s.), por të Ebu Hurejrës, që ia ka thënë Muxhahidit, dhe kjo duket më pranë së vërtetës.

Nëse zemra e ndonjë mjeku hipokrit nuk kënaqet me gjithë këto fakte, atëherë ne mund të flasim me të me terma mjekësorë. Ne i themi atij se namazi është ushtrim për trupin dhe shpirtin. Ai përbëhet nga disa pozicione, si: qëndrimi në këmbë, në *ruku*, në *sexhde* apo ulur, si edhe nga lëvizjet mes këtyre pozicioneve, gjatë të cilave përdoren thuajse të gjitha nyjet e trupit. Përveç kësaj, namazi vë në lëvizje edhe pjesën më të madhe të organeve të brendshme, si stomakun, zorrët e çdo organ tjetër që është përgjegjës për ushqimin dhe tretjen. E kush mund ta mohojë se këto lëvizje e forcojnë trupin, sidomos kur gjatë namazit merr pjesë fuqimisht e i përqendruar edhe shpirti? Nuk ka dyshim se, në këtë rast, trupi do të forcohet dhe dhembja do të largohet.
Sëmundja e hipokrizisë dhe e refuzimit të mesazhit të pejgamberëve, duke parapëlqyer më mirë mohimin, nuk ka shërim tjetër përveç Zjarrit. Allahu thotë: "Prandaj Unë ju kam tërhequr vërejtjen me një Zjarr që flakëron, ku do të hidhet vetëm më i keqi, që ka mohuar dhe është larguar nga besimi." [Lejl, 14-16]

***

Për sa i përket ndikimit të xhihadit në largimin e dëshpërimit dhe ankthit, kjo tashmë është e provuar qartë. Kur zemra detyrohet që të tolerojë rritjen, përhapjen dhe mbizotërimin e së keqes, atëherë rritet edhe pikëllimi, dëshpërimi, frika dhe ankthi i saj. Por, nëse shpirti del të luftojë në rrugë të Allahut, atëherë Allahu ia kthen dëshpërimin dhe pikëllimin në lumturi dhe forcë. Allahu thotë: "Luftojini ata, në mënyrë që Allahu t'i ndëshkojë me duart tuaja, t'i poshtërojë ata, t'ju japë fitoren kundër tyre, t'i shërojë zemrat e njerëzve besimtarë dhe t'i largojë mëritë nga zemrat e tyre. Allahu ia pranon pendimin atij që do." [Teube, 14-15]
Nuk ka vepër më të mirë për të larguar brengat, trishtimet, ankthin dhe frikën sesa xhihadi.
Allahu na ndihmoftë!

***

Për sa i përket efektit të thënies: "*La haule ue la kuuete il-la bil-lah!*" (Nuk ka ndryshim të gjendjes dhe nuk ka forcë ndryshe, por veçse me ndihmën e Allahut!), në largimin e depresionit, ky është një fakt, sepse në këto fjalë, të gjitha çështjet, e gjithë fuqia dhe pushteti i njihen Allahut të Madhëruar. Ato shprehin dorëzimin e çdo çështjeje tek Allahu, pa i mohuar Atij epërsinë ndaj gjithçkaje dhe duke ia njohur vetëm Atij aftësinë dhe fuqinë për të ndryshuar diçka, qoftë në qiej apo në tokë. Asgjë nuk mund të jetë më e mirë se këto fjalë, në këtë aspekt.
Thuhet se nuk ka engjëll që zbret nga qielli apo që ngjitet lart e që nuk thotë: "*La haule ue la kuuete il-la bil-lah!*"
Së fundmi, këto fjalë kanë një ndikim tepër të madh në dëbimin tutje të shejtanëve. Allahu na ndihmoftë për çdo të mirë dhe na ruajtë nga çdo e keqe!

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për trajtimin e frikës dhe të pagjumësisë

Tirmidhiu sjell në *Sunen*-in e tij rrëfimin se, njëherë, Halidi iu ankua Profetit (s.a.u.s.) se nuk flinte mirë natën. Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Kur të biesh në shtrat, thuaj: *Allahumme! Rabbes-semauatis-seb'i, ue ma edhal-let! Ue Rabbel eradine, ue ma ekal-let! Ue Rabbesh-shejatini ue ma edal-let! Kun li xharan min sherri halkike kul-lihim xhemian, en jefruta alejje, ehadun minhum, eu jebgije alejje! Azze xharuk, ue xhel-le thenauk! Ue la il-lahe gajruk!* (O Allah! Ti je Zoti i shtatë qiejve dhe i gjithçkaje që ata mbulojnë nën vete! Ti je Zoti i tokave dhe i gjithçkaje që ato mbajnë mbi vete! Ti je Zotëruesi i shejtanëve dhe i gjithë atyre që ata kanë devijuar! Bëhu mbrojtësi im kundra të keqes së gjithë krijesave të Tua, duke më ruajtur që askush të mos më bëjë ndonjë të keqe dhe askush prej tyre të mos më bëjë padrejtësi! Të fortë janë ata që ti i mbështet! E nderuar është lavdia Jote! Nuk ka të adhuruar tjetër me të drejtë veç Teje!)[1]

Po nga Tirmidhiu sillet një transmetim i Amër ibn Shuajbit, që përcjell nga i ati, e ky nga gjyshi, që tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.)

---

[1] Tirmidhiu, nr. 3018, në kapitullin *Lutjet*, por në *sened*-in e tij ndodhet El Hakem ibn Dhahiri, i cili konsiderohet *metruk*, pra që nuk i pranohen hadithet. Tirmidhiu ka thënë që ky hadith nuk e ka *sened*-in të fortë.

u mësonte sahabëve këto fjalë, që t'i thonin në rast se i frikësonte diçka: "*Eudhu bi kelimatil-lahit-tam-meh, min gadabihi ue ikabih, ue sherri ibadih, ue min hemezatish-shejatin! Ue eudhu bike Rabbi ejjahdurun!*" (Kërkoj mbrojtje me fjalët e përkryera të Allahut, prej zemërimit dhe ndëshkimit të Tij, prej sherrit të robërve të Tij dhe prej pëshpëritjeve (nxitëse) të shejtanëve! Unë kërkoj mbrojtje dhe strehim tek Ti, o Zoti im, nga prania e tyre!)

Abdullah ibn Omeri ua mësonte këto fjalë fëmijëve të tij, madje edhe i shkruante ato për ata që nuk mund t'i mësonin përmendësh.[1] Nuk ka dyshim se fjalë të tilla janë efikase dhe të përshtatshme për të larguar çdo lloj të keqeje.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për trajtimin e djegieve

Djegiet zakonisht shkaktohen nga zjarri, i cili është elementi nga i cili u krijua Shejtani. Kjo është arsyeja që zjarri përputhet me natyrën e Shejtanit dhe me të keqen që ai synon të arrijë, gjë që shpjegon gjithashtu përse Shejtani e ndihmon zjarrin të bëhet sa më shkatërrimtar. Flakët zakonisht tentojnë të jenë mbizotëruese dhe shkatërrimtare; këto janë pikërisht dy objektivat e Shejtanit, ku ai dëshiron që t'i fusë dhe t'i udhëheqë njerëzit. Të dy bashkë, zjarri dhe Shejtani synojnë katastrofën dhe vuajtjet, por është Krenaria e Allahut që ndërhyn gjithmonë për t'i shuar këto të këqija dhe veprime djallëzore.

Kjo është arsyeja që lëvdimi i Allahut duke thënë "*Allahu Ekber*!" ka një efekt të thellë në shuarjen e zjarrit, pasi madhështia e Tij tejkalon dhe kapërcen gjithçka. Kur muslimani lëvdon madhështinë e Allahut, kjo e dobëson zjarrin dhe orvatjet e Shejtanit, prandaj, me vullnetin e Tij, zjarri do të shuhet. Ne vetë e kemi praktikuar këtë metodë, dhe ka rezultuar realisht e frytshme.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.)

---

[1] Ebu Daudi, nr. 3894; Tirmidhiu, nr. 3019; Ahmedi. Transmetuesit e tij janë të besueshëm.

për ruajtjen e shëndetit

Ruajtja e shëndetit të njeriut arrihet atëherë kur lagështia e trupit është në gjendje t'i rezistojë nxehtësisë së tij. Lagështia duhet t'i rezistojë nxehtësisë teksa nxehtësia ndihmon në pjekjen e substancave të ndryshme dhe liron trupin nga jashtëqitjet. Në të kundërt, pa lagështi, nxehtësia e tepërt e dëmton trupin dhe nuk lejon që organet e tij të funksionojnë normalisht, ndërsa thatësia e tepërt bën që nxehtësia ta djegë trupin dhe ta përthajë atë. Kësisoj, secila prej dy gjendjeve, lagështia dhe nxehtësia, ka nevojë për tjetrën, në mënyrë që të ruajnë funksionin e rregullt të trupit. Për aq kohë sa nxehtësia 'ushqehet' me lagështinë, ajo e mbron këtë të fundit të mos prishet e shpërbëhet. Kur njëra prej këtyre dy gjendjeve është mbizotëruese mbi tjetrën, atëherë ndryshon e tjetërsohet edhe gjendja e përgjithshme e trupit.

Siç e thamë më lart, nxehtësia asimilon lagështinë, duke e detyruar trupin të kërkojë zëvendësimin e lagështisë së humbur me ushqime dhe pije, të cilat mbajnë gjallë trupin. Kur lagështia është me tepri, nxehtësia nuk arrin që ta asimilojë atë, e kështu lagështia vetë prishet e dekompozohet, duke i sjellë lëndime trupit. Rrjedhimisht, sëmundje nga më të ndryshmet e godasin trupin, derisa ai dhe organe të caktuara dorëzohen dhe bien pre e këtyre sëmundjeve.

Të gjitha faktet e mësipërme dalin nga thënia e Allahut: "…hani e pini, por mos e teproni…". Në këtë ajet, Allahu e udhëzon njeriun që të konsumojë ushqime e pije, të cilat i nevojiten trupit të tij për të zëvendësuar energjinë e humbur. Megjithatë, sasia që duhet të konsumohet nuk duhet ta tejkalojë masën e humbjeve të trupit, plus masën e nevojave që ka ai për të funksionuar normalisht. Në të kundërt, ushqimi që e kalon masën do të jetë një tepricë, e cila do të sjellë sëmundje dhe nuk do ta ruajë shëndetin e mirë. Kështu ndodh me njeriun, kur ai ha pa fre ose kur nuk konsumon sasinë e nevojshme. Siç shihet, ato pak fjalë që Allahu na thotë janë çelësi i mbajtjes së shëndetit të mirë.

Dihet se trupi është gjithnjë në proces dekompozimi dhe prodhimi të jashtëqitjeve. Sa më shumë dekompozim të ketë, aq më pak efektive bëhet nxehtësia, pasi dekompozimi kryhet duke konsumuar lagështinë (e cila, nga ana e saj, 'ushqen' nxehtësinë e brendshme). Kur nxehtësia është e dobët, bie edhe fuqia tretëse, derisa lagështia të humbasë krejtësisht. Si rrjedhojë, do të shuhet edhe nxehtësia, e kështu, në këtë çast, ka mbaruar edhe afati i robit për të jetuar në këtë botë.

Qëllimi i njeriut në kërkimin e kurës për vete ose për të tjerë është që të ruajë trupin derisa atij t'i vijë çasti i fundit (vdekja), dhe jo që ruajtja e lagështisë dhe e nxehtësisë së nevojshme të sigurojë rini dhe shëndet të përjetshëm, pasi ky qëllim nuk është i arritshëm në këtë jetë. Synimi i doktorëve është të ruajnë lagështinë ekzistuese nga faktorët që mund ta prishin atë dhe të ruajnë nxehtësinë e trupit nga faktorët që mund ta dobësojnë fuqinë e saj. Doktori pra, ruan baraspeshën ndërmjet dy forcave ose gjendjeve në trup, pikërisht ashtu si Allahu ka krijuar tokën dhe qiejt: me drejtësi dhe ekuilibër të përkryer. Në fakt, i tërë krijimi zhvillohet dhe mbahet mbi dhe me drejtësi e ekuilibër.

Ata që studiojnë udhëzimin e Profetit (s.a.u.s.) do të shohin se aty janë këshillat më të mira për ruajtjen dhe mbrojtjen e shëndetit të trupit. Mbrojtja e shëndetit varet nga ngrënia dhe pirja me maturi, nga rrobat që vishen, nga vendbanimi, ajri, gjumi, gjendja zgjuar, lëvizja, moslëvizja, seksi, nga nxjerrja jashtë trupit e lëndëve të tepërta dhe nga ruajtja e çdo gjëje që është e nevojshme dhe e rëndësishme; të gjitha këto në mënyrën dhe formën më të mirë. Kur këta faktorë përmbushen në atë mënyrë që është e përshtatshme për trupin, vendin, moshën dhe shprehitë e individit, atëherë ai do të ketë më shumë gjasa të gëzojë një shëndet të mirë, derisa t'i vijë koha e vdekjes.

Shëndeti i mirë është një nga mirësitë dhe shpërblimet më të mëdha që Allahu i fal njeriut. Në fakt, shëndeti i mirë është mirësia më e madhe e kësaj bote, prandaj ata që kanë mend në

kokë duhet që gjithnjë të përpiqen ta ruajnë shëndetin e tyre dhe ta mbrojnë atë kundra çdo gjëje që e dëmton.

Buhariu sjell në *Sahih*-un e tij këtë hadith të Profetit (s.a.u.s.): "Dy janë mirësitë në të cilat shumë njerëz gënjejnë veten: shëndeti dhe koha e lirë."[1]

Tirmidhiu sjell rrëfimin e Abdullah ibn Muhsan El Ensarit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Kush gdhihet në mëngjes duke qenë i shëndetshëm, i sigurt në vendin e tij dhe me ushqimin ditor të siguruar, është njëlloj sikur i është falur e gjithë dynjaja."[2]

Po te Tirmidhiu është hadithi i Ebu Hurejrës, i cili përcjell se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "E para mirësi për të cilën do të pyetet robi Ditën e Gjykimit është: 'A nuk të dhamë një trup të shëndetshëm? A nuk të shuam etjen me ujë të ftohtë?'"[3] Ja përse shumë selefë, rreth kuptimit të fjalës së Allahut në suren *Tekathur*: "Pastaj, atë Ditë (Ditën e Gjykimit) do të pyeteni për mirësitë", kanë thënë se këtu është fjala për shëndetin e mirë.

Në *Musned*-in e imam Ahmedit është hadithi që tregon, se njëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha Abasit: "O Abas, o xhaxhai i të Dërguarit të Allahut! Lutju dhe kërkoji Allahut të të dhurojë jetë të shëndetshme (*el afijete*) në dynja dhe në ahiret!"[4]

Përsëri në *Musned* vjen dëshmia e Ebu Bekrit, se ai ka dëgjuar Profetin (s.a.u.s.) të thotë: "Luteni dhe kërkojini Allahut siguri në besim (*jakin*) dhe jetë të shëndetshme (*el muafat*), sepse pas sigurisë në besim, askujt nuk i është dhuruar gjë më e mirë sesa jeta e shëndetshme."[5]

---

[1] Buhariu, 11, 196.
[2] Tirmidhiu, nr. 2348; Ibn Maxhe, nr. 4141; Buhariu, në *Edebul Mufred*, 300; El Humejdi. Hadithi ka edhe dy përforcues të tjerë, që e bëjnë të pranueshëm.
[3] Tirmidhiu dhe Ibn Hibani. Hadith i saktë.
[4] Ahmedi dhe Tirmidhiu, por në *sened*-in e tij merr pjesë Jezid ibn Ebu Zijad El Kufi, i cili është gjykuar nga ekspertët si "i dobët në hadithe".
[5] Ahmedi, 5, 17; Ibn Maxhe, 3849. Hadithi është *sahih*.

Siç shihet, Pejgamberi (s.a.u.s.) ka vënë pranë njëra-tjetrës të mirën e jetës së kësaj bote me të mirën e jetës së ahiretit. Suksesi i njeriut në të dyja jetët mund të arrihet veç duke patur bashkë sigurinë e besimit me shëndetin e mirë. Siguria në fe të mbron nga vuajtjet në ahiret, ndërsa "jeta e shëndetshme" nënkupton ruajtjen nga sëmundjet e këtushme, të cilat mund të prekin trupin ose zemrën.
Nesaiu sjell rrëfimin e Ebu Hurejrës, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Luteni Allahun për falje, për jetë të mirë dhe shëndet (me imunitet). Vërtet, askujt nuk i është dhënë diçka më e mirë pas sigurisë në besim, sesa jeta e shëndetshme."[1]

Tri kërkesat e përmendura në hadith përfshijnë pastrimin nga të ligat e së shkuarës nëpërmjet faljes, nga të ligat e së tashmes nëpërmjet jetës së mirë dhe ruajtjen nga të ligat e së ardhmes nëpërmjet imunitetit (nga gjynahet e, rrjedhimisht, nga ndëshkimi i ahiretit). Në fakt, këto tri gjëra nënkuptojnë vijimësinë e përhershme të jetesës së mirë.

Në *Sunen*-in e Tirmidhiut është ky hadith, i cili i atribuohet Profetit (s.a.u.s.): "Kurrë nuk i është drejtuar Allahut lutje më e dashur për Të, sesa lutja për shëndet të mirë e imunitet."[2]
Abdurrahman ibn Ebu Lejla tregon se Ebu Derda i ka thënë Profetit: "O i Dërguari i Allahut, unë parapëlqej më tepër që të më jepet jetë e shëndetshme (me imunitet), dhe për këtë të jem falënderues, sesa të sprovohem dhe të bëj durim." Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha: "Edhe Pejgamberi dëshiron jetë të shëndetshme, njëlloj si ti."

Prej Ibn Abasit është përcjellë rrëfimi se, njëherë, një beduin shkoi te Pejgamberi (s.a.u.s.) dhe e pyeti atë: "Çfarë t'i kërkoj Allahut të Lartësuar në përfundim të pesë namazeve?" Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha: "Kërkoji jetë të shëndetshme!" Ai ia përsëriti pyetjen, dhe

---

[1] Nesaiu.
[2] Tirmidhiu, me numër 3510, por në *sened*-in e tij merr pjesë Abdurrahman ibn Ebu Bekr El Meliki, i cili është gjykuar nga ekspertët si "i dobët në hadithe".

Pejgamberi (s.a.u.s.) për herë të tretë i tha: "Kërkoji Allahut jetë të shëndetshme në dynja dhe në ahiret!"

Duke parë rëndësinë e madhe të kësaj çështjeje, le të përmendim dhe studiojmë disa nga udhëzimet e Profetit (s.a.u.s.) për ruajtjen e shëndetit dhe për jetën e mirë, për të kuptuar se udhëzimet e tij janë më të mirat dhe më të çmuarat në këtë fushë. Nëpërmjet zbatimit të tyre, njeriu mund ruajë shëndetin e trupit dhe të shpirtit, si edhe të vetë ekzistencës së tij në këtë botë dhe në botën tjetër.

Vetëm Allahu është Ai të Cilit i kërkohet çdo lloj ndihme dhe vetëm Atij i mbështetemi! Nuk ka ndryshim të gjendjes dhe nuk fuqi ndryshe, veçse me ndihmën e Allahut!

***

Nuk ka qenë traditë e Profetit që ta kufizonte veten me ngrënien e vetëm një lloji ushqimi. Kjo do të ishte diçka tepër e dëmshme për trupin dhe shëndetin. Madje, trupi mund të përballet me dobësimin, e ndoshta edhe me vdekjen, nëse njeriu konsumon veç një lloj ushqimi. Nëse dikush mësohet të hajë veç një lloj ushqimi, trupi i tij nuk pranon më lloj tjetër. Kufizimi i dietës veç me një asortiment, edhe sikur ai të jetë më miri, është i dëmshëm dhe i rrezikshëm.

Pejgamberi (s.a.u.s.) hante ato gjëra që hanin edhe njerëzit e tjerë zakonisht: mish, fruta, bukë, hurma dhe lloje të tjera, që ne tashmë i kemi përmendur.

Kur duhej që të zbutej një lloj ushqimi, Pejgamberi (s.a.u.s.) hante të kundërtën e tij, siç qe, për shembull, asnjanësimi i nxehtësisë së hurmave të pjekura me ngrënien e shalqinit. Nëse ai nuk kishte se me çfarë ta neutralizonte efektin e një lloj ushqimi, atëherë ai hante veç një sasi të mjaftueshme, pa e tepruar me të.

Kur Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk e pëlqente një lloj ushqimi, ai thjesht e linte pa ngrënë, dhe nuk ndodhte që ta hante me pahir. Ky është

një mësim i madh për mbrojtjen e shëndetit: kur dikush ha diçka të cilën nuk ka dëshirë ta hajë, atëherë ai ushqim më shumë do ta dëmtojë se do t'i bëjë mirë.

Ebu Hurejra ka thënë: "Pejgamberi (s.a.u.s.) kurrë nuk e ka sharë ndonjë ushqim. Nëse e dëshironte dhe i pëlqente, e hante, dhe nëse jo, e linte." Njëherë, kur atij iu ofrua për të ngrënë një zvarranik (*dabb*) i pjekur, nuk e hëngri. Dikush e pyeti: "A është haram?" Ai tha: "Jo, por ky nuk është nga ato ushqime me të cilat është mësuar popullin im e, gjithashtu, nuk ma ka ënda ta ha."
Pejgamberi (s.a.u.s.) hante ushqime që ishin të zakonshme të haheshin. Kur atij iu ofrua një lloj ushqimi të cilin ai nuk ishte mësuar dhe nuk ia kishte ënda ta hante, ai nuk e hëngri. Megjithatë, nga ana tjetër, ai nuk i ndaloi të tjerët, që ishin mësuar me atë ushqim apo që iu pëlqente, që ta hanin atë.

Pejgamberi (s.a.u.s.) e pëlqente ta hante mishin, sidomos shpatullën apo pjesët e përparme të deles. Kjo qe pikërisht pjesa me të cilën e helmuan njëherë çifutët.

Në dy *Sahih*-ët vjen rrëfimi se, njëherë, Profetit (s.a.u.s.) i sollën ca mish, e konkretisht një shpatull deleje, të cilën ai e pëlqeu. Ndërsa Ebu Ubejde përcjell se Diba bintu Zubejri tregonte që, kur ajo theri në shtëpinë e saj një dele, Pejgamberi (s.a.u.s.) i dërgoi asaj fjalë me një njeri që t'i dërgonte një pjesë nga delja. Por asaj i kishte mbetur vetëm qafa dhe i kishte ardhur turp që t'i dhuronte Profetit vetëm atë pjesë. Por Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha përcjellësit: "Shko sërish tek ajo dhe thuaji të ma dërgojë, sepse qafa është pjesa që drejton delen, është më pranë gjërave të mira dhe më larg gjërave të pista!"

Nuk ka dyshim se pjesa më e lehtë e mishit të deles është qafa, shpatulla dhe këmbët e parme. Këto janë pjesët më të lehta dhe më të buta për t'u tretur nga stomaku.
Nga kjo sjellje e Profetit (s.a.u.s.) në të ngrënë nxjerrim tri cilësi kryesore që duhet të ketë një ushqim:
- ai duhet të jetë i dobishëm për trupin;

- të jetë i lehtë për stomakun, jo i rëndë;
- të jetë lehtësisht i tretshëm.

Ky është ushqimi më i mirë për t'u ngrënë. Rrjedhimisht, të hash pak nga ky lloj ushqimi është më mirë sesa të hash shumë nga ushqime të llojeve të tjera.

Pejgamberi (s.a.u.s.) pëlqente të hante ëmbëlsira dhe mjaltë. Pa dyshim që mishi, ëmbëlsirat dhe mjalti janë nga ushqimet më të mira për trupin, për mëlçinë dhe për organet e tjera. Ngrënia e tyre ka një ndikim të thellë në ruajtjen e shëndetit dhe të fuqisë, dhe kjo është arsyeja që konsumi i këtyre ushqimeve dëmton vetëm ata që janë duke vuajtur nga ndonjë sëmundje.

Pejgamberi (s.a.u.s.) e hante bukën të shoqëruar me çfarëdolloj mëlmese të gjendshme. Ndonjëherë, hante bukë me mish dhe thoshte: "Ky është ushqimi më i mirë që njerëzit shijojnë në këtë dynja, dhe një nga ushqimet më të mira që ekzistojnë në ahiret", sikurse e përcjell Ibn Maxhe e të tjerë. Ndonjëherë, ai e shoqëronte bukën me shalqi, e ndonjëherë me hurma të thata.

Njëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) vendosi një hurmë të thatë mbi një copë buke elbi dhe tha "Kjo (hurma) është mëlmesa e kësaj (bukës)." Buka e elbit është e thatë dhe e ftohtë, ndërsa hurma - sipas mendimit më të saktë - është e lagësht dhe e nxehtë. Kështu, shoqërimi i tyre me njëra-tjetrën është një nga zgjedhjet më të mençura, sidomos për ata që janë mësuar me një ushqim të tillë, siç janë banorët e Medinës.

Njëherë, Profeti e ka shoqëruar bukën me uthull dhe ka thënë: "Sa mëlmesë e mirë është uthulla!" Ky vlerësim për uthullën u bë sepse, në atë çast, vetëm ajo gjendej në shtëpi, dhe jo sepse uthulla është ushqimi më i mirë, siç mendojnë disa injorantë. Sipas hadithit, Pejgamberi (s.a.u.s.) shkoi te njëra prej grave të tij dhe e pyeti në kishte mëlmesë për bukën që ajo i kishte dhënë. Kur ajo i tha se kishin veç uthull, Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Sa mëlmesë e mirë është uthulla!"

Shoqërimi i bukës me diçka tjetër ndihmon në ruajtjen e shëndetit, ndryshe nga ngrënia e vetëm një lloji ushqimi. Mëlmesat quhen kështu, sepse kur ia shton ato bukës, buka shijon më mirë dhe ushqimi ndihmon në ruajtjen e shëndetit.

Përveç kësaj, Pejgamberi (s.a.u.s.) hante frutat e vendit të tij, në kohën e tyre të pjekjes, dhe kjo është një nga mënyrat më të mira të ruajtjes së shëndetit. Urtësia e Allahut ka dashur që çdo truall të ketë frutat e veta, të cilat, kur piqen, janë të përshtatshme dhe të dobishme për atë vend. Ngrënia e këtyre frutave i ndihmon njerëzit të ruajnë shëndetin e tyre, madje ato shërbejnë edhe si shumë ilaçe. Nga ana tjetër, ata që nuk i hanë frutat e vendit të tyre kanë për të qenë gjithmonë ndër njerëzit më shpesh të sëmurur dhe ndër ata që janë më larg shëndetit të mirë.

Lagështia që përmbajnë frutat është tregues i nxehtësisë së volitshme të stinës dhe të tokës. Në një situatë të tillë, stomaku është në gjendje që t'i përpunojë frutat dhe t'i rezistojë dëmit të tyre, nëse njeriu nuk i ha ato me tepri, duke e detyruar trupin të durojë atë që nuk mund të durohet. Po ashtu, ushqimin që stomaku e ka në tretje e sipër, njeriu nuk duhet ta prishë duke ngrënë fruta apo duke pirë ujë në të njëjtën kohë. Frutat duhet të hahen vetëm pasi ushqimi është tretur plotësisht, në mënyrë që të parandalohet kapsllëku. Për ata që i konsumojnë në mënyrën, kohën dhe në rrethanat e duhura, frutat shërbejnë vërtet si ilaçe e mjekim.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.)
për mënyrën e uljes gjatë ngrënies

Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Unë nuk ha duke qenë mbështetur brinjazi." Ai ka thënë gjithashtu: "Unë ulem vetëm ashtu si ulet robi dhe ha ashtu si ha robi." Ndërsa Ibn Maxhe thotë në *Sunen*-in e tij se Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka ndaluar të ngrënit duke ndenjur përmbys.

Mbështetja brinjazi e dëmton stomakun, sepse ajo pengon ushqimin të kalojë në rrugën e natyrshme dhe të arrijë shpejt në

bark. Me një qëndrim të tillë, stomaku qëndron i shtypur, duke mos lejuar që ushqimi të futet lirisht në të.

Nga ana tjetër, ngrënia duke u mbështetur brinjazi është një karakteristikë e njerëzve mendjemëdhenj, prandaj Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Unë ha ashtu siç ha robi…"

Pejgamberi (s.a.u.s.) ulej në shesh kur hante. Ai i vinte gjunjët në tokë, ndërsa shputën e këmbës së majtë e vendoste nën kurrizin e këmbës së djathtë, si përulje e thjeshtësi para Zotit dhe respekt ndaj ushqimit e atyre që ishin të pranishëm. Kjo është mënyra më e mirë e uljes gjatë ngrënies, sepse organet e trupit janë në pozicionin e tyre normal, por ajo është gjithashtu shenjë e edukatës së lartë.

Siç e thamë, mënyra më e mirë e uljes gjatë të ngrënit është ajo kur organet e trupit ndodhen në pozicionin e tyre natyral. Mënyra më e keqe e të ngrënit është ajo duke u mbështetur brinjazi, sepse në këtë pozicion shtypen rrugët e frymëmarrjes dhe të përtypjes, madje edhe stomaku qëndron i mbledhur.

Me thënien e tij, Pejgamberi (s.a.u.s.) mund të ketë nënkuptuar edhe mbështetjen në jastëkë gjatë të ngrënit, siç bëjnë kryelartët dhe ata që duan të hanë sa më tepër ushqim. Vetë Pejgamberi (s.a.u.s.) hante veç sa ishte e mjaftueshme, pikërisht ashtu siç ha një rob.

Pejgamberi (s.a.u.s.) përdorte tre gishta kur hante

Kjo është mënyra më e mirë e të ngrënit. Ngrënia me një ose dy gishta nuk e ndihmon oreksin dhe nuk siguron sasinë e mjaftueshme të ushqimit për çdo kafshatë e, si rrjedhojë, koha e të ngrënit zgjatet tej mase. Përveç kësaj, organet e përcjelljes së ushqimit nuk 'ndihen' të qeta duke marrë aq pak ushqim në çdo kafshatë. Si pasojë, këto organe e ndërpresin herë pas here aktivitetin e tyre, ndërkohë që njeriu është ende duke ngrënë.

Nëse dikush fut në gojë një ose dy kokrra grurë, pak e nga pak, ai nuk do ta shijojë ushqimin dhe nuk do të ndiejë ngopje.

Nga ana tjetër, ngrënia me pesë gishta çon në stomak më tepër ushqim sesa mund të mbajë një kafshatë normale. Nga kjo sasi e tepërt ka të ngjarë që njeriu të mbytet e të vdesë. Përveç kësaj, organet e trupit detyrohen të përcjellin një sasi të madhe ushqimi, e kështu as njeriu nuk e shijon atë, as procesi i tretjes nuk kryhet normalisht. Si përfundim, mënyra më e mirë e të ngrënit është me tre gishta, siç bënte Pejgamberi (s.a.u.s.) dhe ata që e ndiqnin atë.

Udhëzimi i Profetit (s.a.u.s.) për disa ndërthurje ushqimesh

Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk hante kurrë bashkë peshkun me qumështin, qumështin me gjëra të tharta, dy ushqime të nxehta (për nga natyra, e jo të nxehura në zjarr), dy të ftohta (gjithashtu për nga natyra), dy veshtullore, dy ushqime që shkaktojnë kapsllëkun apo dy ushqime laksative, dy ushqime të rënda, dy ushqime të lëngshme, ose dy lloje ushqimesh që shkaktojnë të njëjtën gjendje. Po ashtu, ai nuk hante bashkë dy lloje ushqimesh që shkaktonin efekte të kundërta, për shembull: kapsllëk dhe diarre. Ai nuk i bashkonte në një vakt ushqimin e lehtë me atë të rëndë, ushqimin e zier me atë të pjekur, ushqimin e tharë (p.sh., hurma të thata) me atë të freskët e të njomë, vezët me qumështin ose mishin me qumështin. Ai nuk e hante një gjellë që ishte tepër e nxehtë ose që kishte mbetur nga një ditë më parë e ngrohej sërish për të. Ai nuk hante as prodhime të regjura ose të prishura, siç janë turshitë. Të gjitha këto lloje ushqimesh janë të dëmshme dhe ndikojnë për keq në organizëm.

Pejgamberi (s.a.u.s.) e asnjanësonte efektin negativ të disa ushqimeve duke ngrënë të kundërtit e tyre, aq sa kishte mundësi. Kur ushqimi ishte i nxehtë (për nga natyra), ai e asnjanësonte atë me një ushqim të ftohtë, e kur ishte i thatë, e asnjanësonte me një ushqim të lagësht. Për shembull, ai hante hurma të pjekura me kastravecë, ose hurma të thata të shoqëruara me gjalpë. Ai pinte

ujin në të cilin ishin futur hurma, për të zbutur efektin e ushqimeve të rënda.

Pejgamberi (s.a.u.s.) hante gjithnjë darkë, edhe sikur të flitej për ca kokrra hurma. Gjithashtu, Ebu Naimi ka treguar se Pejgamberi (s.a.u.s.) këshillonte që të mos flihej gjumë menjëherë pas ngrënies, sepse kjo mënyrë ashpërson zemrën. Mjekët, gjithashtu, rekomandojnë që pas ngrënies së darkës, të bëhen disa hapa shëtitje, pasi rënia në shtrat menjëherë pas buke është tepër e dëmshme. Ndërsa doktorët muslimanë shtojnë se, pas ngrënies së darkës, është e mira që të falet namaz, në mënyrë që ushqimi të zërë vend në stomak, e atje të tretet me lehtësi.
Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk pinte (ujë ose qumësht) gjatë të ngrënit, sepse uji e prish ushqimin, sidomos kur (uji) është i nxehtë ose i ftohtë.

Nuk është e këshillueshme, gjithashtu, që të pihet ujë menjëherë pas një aktiviteti sportiv, kur je mjaft i lodhur, pas marrëdhënieve seksuale, para dhe pas ngrënies së ushqimit dhe pas ngrënies së frutave. Po ashtu, nuk është e këshillueshme që të pihet ujë pas larjes (banjës) së trupit dhe menjëherë pasi zgjohesh nga gjumi. Të gjitha këto veprime e dëmtojnë shëndetin. Askush të mos shpresojë për ndonjë të mirë prej pirjes së lëngjeve gjatë të ngrënit.

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) në të pirë

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) në lidhje me të pirët është më i çmuari për sa i përket ruajtjes së shëndetit.

Kështu, Pejgamberi (s.a.u.s.) pinte zakonisht mjaltë me ujë të ftohtë. Kjo është një mënyrë mjaft efikase për mbrojtjen e shëndetit, gjë që vetëm doktorët më të zotë mund ta dinë. Pirja e mjaltit në gjendje esëll, nëse e ngroh pak, shkrin këlbazën, pastron shtresat mbrojtëse të stomakut dhe i heq lëndët veshtullore dhe mbetjet e jashtëqitjes. Mjalti ndihmon në hapjen e bllokimeve që ndodhin në stomak, veshka, mëlçi dhe prostatë. Mjalti është më i mirë për stomakun se çdo ëmbëlsirë tjetër.

Megjithatë, duhet të themi se mjalti mund t'i dëmtojë ata që vuajnë nga vreri, pasi e acaron më keq atë. Në këtë rast, efekti anësor negativ i mjaltit asnjanësohet po ta konsumosh atë të shoqëruar me uthull, pasi kjo e bën mjaltin tepër dobiprurës. Po ashtu, mjalti ka shumë më tepër vlera sesa çdo pije tjetër e ëmbëlsuar me sheqer, sidomos për ata që nuk janë mësuar me të tilla pije të ëmbla.

Nëse dikush pi një lëng të ëmbël me të cilin nuk është mësuar, nuk ka për të patur dobi prej tij sa ç'mund të ketë prej mjaltit; ky, pra, është roli që luan tradita ose të mësuarit me diçka. Tradita shemb themele dhe ngre themele.

Kur lëngu është i ëmbël dhe i ftohtë, ai është mjaft i mirë për trupin dhe një nga mënyrat më efikase për të ruajtur shëndetin e tij dhe të shpirtit, për të ruajtur fuqinë, mëlçinë dhe zemrën. Nëse pija është e ëmbël dhe e ftohtë, trupi e lakmon atë, përfiton prej saj, e tret lehtë dhe ua përcjell shpejt organeve të tjera.

Uji i ftohtë është i lagësht, shuan etjen, ruan lagështinë në trup, zëvendëson lëngjet që trupi ka humbur, zbut ushqimin dhe lehtëson kalimin e shpejtë të tij në enët e gjakut.

Mjekët kanë dhënë mendime të ndryshme rreth çështjes në është uji ushqyes apo jo. Disa prej tyre thonë që ai është ushqyes, pasi trupi rritet, lehtësohet dhe bëhet më i fortë kur pi ujë, sidomos kur e ka zënë etja. Ata thonë, gjithashtu, që ka disa ngjashmëri mes njeriut dhe kafshës, siç është rritja, zhvillimi dhe forcimi nëpërmjet ujit. Edhe bimët, të cilat kanë mënyrën e tyre se si ndiejnë dhe lëvizin, rriten e zhvillohen. Atëherë, kur bimët rriten me ujë, - pyesin ata - si mund të mohohet se uji është ushqyes?
Nga ana tjetër, - thonë ata - nuk mohohet se ushqimi është furnizuesi kryesor i trupit, por kjo nuk do të thotë se uji nuk bart asnjë vlerë ushqyese. Përveç kësaj, sipas tyre, të ngrënit siguron vlera ushqimore për trupin vetëm sepse ushqimi përbëhet edhe nga lëngjet.

Ata thonë se uji është baza e jetës për kafshët dhe bimët. Po ashtu, nuk ka dyshim se substanca që i afrohet më tepër bazës së jetës është ajo që bart më tepër vlera ushqyese. Po kur baza e jetës është substanca vetë? Allahu thotë: “Ne e kemi krijuar prej uji çdo gjallesë që ekziston.” [Bekare, 30] A ka mundësi që vetë baza e jetës të mos jetë ushqyese për trupin?! - pyesin ata.

Në vazhdim të argumentimit të tyre, ata thonë se njeriut të etur i përtërihen forcat dhe i gjallërohet trupi menjëherë sapo shuan etjen e tij. Po ashtu, ai mund ta kufizojë të ngrënit dhe të ngopet duke shtuar të pirët, por assesi nuk mund ta shuajë etjen nëse ha ushqim, sado e madhe qoftë sasia e tij. Ne - deklarojnë ata - nuk e mohojmë që uji ndihmon në përcjelljen dhe përhapjen e ushqimit nëpër organet dhe pjesët e ndryshme të trupit, por ne mohojmë vetëm pretendimin që uji nuk ka vlera ushqyese.

Disa mjekë të tjerë nuk e pranojnë që uji është ushqyes, duke thënë se njeriu nuk mund të jetojë veç me ujë, as trupi nuk rritet e zhvillohet veç me ujë, madje uji (pa ushqim) nuk zëvendëson as lagështinë që ka humbur trupi prej të nxehtit. Megjithatë, kundërshtarët e tyre nuk i mohojnë këto fakte, por thonë vetëm që secila substancë e ushqen trupin në mënyrën që i përshtatet natyrës së saj. Për shembull, edhe aroma e mirë ka rolin e saj ushqyes, dhe ky fakt e bën akoma më të qartë vlerën ushqimore të ujit.

Më shkurt, kur uji është i ftohtë dhe i përzier me një artikull të ëmbël, siç është mjalti, rrushi i thatë, hurmat ose sheqeri, ai bëhet një nga substancat më dobiprurëse që hyn në trup, madje edhe mbrojtës i mirë i shëndetit. Kjo është arsyeja përse Pejgamberi (s.a.u.s.) parapëlqente pijen e ftohtë dhe të ëmbël. Uji i ngrohtë, nga ana tjetër, shkakton gazra dhe nuk është i shëndetshëm për trupin.

Po ashtu, uji që mbahet në enë për një natë është më i mirë sesa uji që sapo është mbushur, prandaj Pejgamberi (s.a.u.s.), kur hyri

njëherë në kopshtin e Ebu Taihanit, i tha atij: "A mos ke ujë që është mbajtur një natë në calik?" Sipas hadithit, atij ia sollën ujin që kërkoi, dhe ai e piu.[1] Ndërsa Buhariu e sjell në këtë formë: "Nëse keni ujë të ruajtur në calik (atëherë sillmani); e nëse jo, atëherë po pi nga këtu (nga pusi)."

Uji i mbajtur për ca kohë në enë është si brumi i ardhur (nga tharmi), ndërsa uji i sapombushur është si brumi ende i paardhur (i pazënë). Nëse uji mbahet në enë për një natë, atëherë mbetjet e ngurta ose ranore do të fundërojnë dhe uji do të kullohet. Është dëshmuar, pra, se Pejgamberi (s.a.u.s.) e pëlqente ujin e ruajtur për njëfarë kohe në një enë. Nga ana e saj, Aishja (r.a.) tregon se: "Të Dërguarit të Allahut i sillej ujë i freskët, nga pusi i përcaktuar për t'u pirë."

Uji që mbahet në calikë lëkure shijon më mirë se ai që mbahet në enë balte. Për këtë arsye, Pejgamberi (s.a.u.s.) kërkonte më tepër ujë prej calikut sesa prej enëve të tjera. Kur uji mbahet në calikë lëkure, ai filtrohet nga poret e lëkurës së enës (dhe kjo e bën më të shijshëm atë). Po kështu, uji që mbahet në enë balte që e filtrojnë ujin është më i mirë se uji që mbahet në enë balte ku ai nuk mund të filtrohet.

Pejgamberi (s.a.u.s.) kishte sjelljen më të lartë, shpirtin më të nderuar dhe udhëzimin më të saktë për çdo çështje. Ai u tregoi pasuesve të vet mënyrat dhe rrugët më frytdhënëse për të mirën e zemrave dhe trupit të tyre, për këtë botë dhe botën tjetër.

Aishja (r.a.) rrëfen se Pejgamberi (s.a.u.s.) pëlqente më tepër pijen e ftohtë dhe të ëmbël. Kjo dëshmi mund të merret si tregues që Pejgamberi (s.a.u.s.) pinte ujë të ëmbël, të freskët nga puset ose burimet. Por ajo mund të merret edhe me kuptimin që Pejgamberi (s.a.u.s.) pinte ujë të përzier me mjaltë ose të ëmbëlsuar me hurma apo rrush të thatë. Thënia e saj mund merret gjithashtu edhe me të dyja kuptimet, dhe ky është qëndrimi më i saktë.

---

[1] Ebu Daudi, Ibn Maxhe dhe Ahmedi.

Ndërsa hadithi tjetër i Pejgamberit (s.a.u.s.): “Nëse keni ujë të ruajtur në calik (atëherë sillmani); e nëse jo, atëherë po pi nga këtu (drejtpërdrejtë nga pusi)”, tregon se është e lejuar që të pihet ujë drejtpërdrejtë nga pusi ose ena, duke i vënë buzët në të. Shumë doktorë këshillojnë kundra kësaj mënyre, duke thënë se ajo është e dëmshme për stomakun. Me sa duket, Pejgamberi (s.a.u.s.) veproi ashtu, vetëm për të treguar se është e lejuar. Në fakt, pirja duke futur buzët në hauz, është e dëmshme për stomakun nëse shtrihesh përmbys, ashtu sikur pi ujë drejtpërdrejtë nga burimi apo lumi. Ndërsa pirja nga një hauz i ngritur, duke qëndruar vetë ulur, nuk ka ndryshim nga pirja duke përdorur duart.

Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka udhëzuar umetin e tij që të pijë ujë duke qëndruar ulur. Më saktë, ai na ka urdhëruar që të mos pimë ujë në këmbë. Gjithashtu, ai i ka urdhëruar ata që pinë ujë në këmbë, që ta vjellin atë. Megjithatë, siç raportohet me saktësi, edhe ai ka pirë ujë duke qëndruar në këmbë.

Disa njerëz thonë që pirja e tij në këmbë e ka shfuqizuar urdhrin për të mos pirë në këmbë. Të tjerë thonë që pirja e tij në këmbë tregoi vetëm që kjo mënyrë është e papëlqyeshme, jo e ndaluar. Një grup tjetër thonë që nuk ka mospërputhje mes dy raportimeve. Pejgamberi (s.a.u.s.) piu ujë në këmbë atëherë kur e pati të domosdoshme ta bënte këtë. Kjo ndodhi kur ai shkoi te burimi i Zemzemit dhe atje i dhanë një enë me ujë, të cilin ai e piu duke qëndruar në këmbë.

Pirja në këmbë shkakton mjaft sëmundje e, madje, nuk e shuan as etjen. Uji, në këtë pozicion, nuk zë vend në stomak, në mënyrë që mëlçia t’ua përcjellë atë pjesëve të tjera të trupit. Përkundrazi, kështu ky ujë zbret menjëherë në stomak, duke e rënduar atë, dhe asimilimi i tij nuk bëhet siç duhet. Sidoqoftë, nëse kjo ndodh rrallë, atëherë nuk sjell pasoja negative.

Pirja e ujit me tri frymë

Muslimi sjell rrëfimin e Enesit se Pejgamberi (s.a.u.s.) pinte ujë me tri frymëmarrje të ndara nga njëra-tjetra, dhe thoshte: "Kjo mënyrë e shuan më mirë etjen, është më e këndshme dhe më e shëndetshme."

Ky hadith tregon që Pejgamberi (s.a.u.s.) e largonte enën nga goja, merrte frymë, dhe pastaj pinte sërish. Në një hadith tjetër, Pejgamberi (s.a.u.s.) urdhëron që të mos merret frymë mbi enë, por ena të largohet nga goja, dhe pastaj të merret frymë. Kjo mënyrë është tepër efikase për të shuar etjen dhe më e shëndetshme, siç ka thënë Pejgamberi (s.a.u.s.).

Kur uji futet në stomakun e nxehtë me tri faza, e pira e dytë shuan etjen që ka mbetur pas të pirës së parë, ndërsa e treta shuan etjen e mbetur pas dy të parave. Kjo mënyrë shërben edhe për të siguruar më mirë përshtatjen me temperaturën e stomakut, duke mos e mbushur atë menjëherë me substanca të ftohta. Po ashtu, nëse pi ujë vetëm me një frymë, etja ka për t'u shuar vetëm pjesërisht, ndryshe nga pirja me tre çaste.

Kjo mënyrë jep rezultate më të mira sesa pirja me një frymë, pasi uji mund ta zhdukë ose ta dobësojë nxehtësinë instiktive, duke dëmtuar kështu temperamentin e stomakut dhe të mëlçisë. Uji mund të shkaktojë edhe sëmundje të tjera, sidomos për ata që jetojnë në vende të ngrohta, si Jemeni a Hixhazi, e kryesisht gjatë stinës së verës. Pirja me një frymë është e rrezikshme për këta njerëz, sepse nxehësia instiktive e tyre është e dobët, veçanërisht në mot të nxehtë, siç e përmendëm më lart.

Thënia e Pejgamberit (s.a.u.s.): "Kjo mënyrë e shuan më mirë etjen, është më e këndshme dhe më e shëndetshme", është e ngjashme me thënien e Allahut në Kuran: "…shijojeni atë pa frikën e ndonjë dëmtimi." [Nisa, 4]

Pirja me një frymë mund të shkaktojë edhe mbytje, prej sasisë së madhe të lëngut që mund të merret ashtu. Por, kur pirja bëhet me ndërprerje, duke marrë frymë, nuk ka rrezik mbytjeje.
Gjatë pirjes së ujit, gazrat e nxehtë të grumbulluar në trup ngjiten dhe shkojnë përreth mëlçisë dhe zemrës, për shkak të ujit a lëngut të ftohtë që zbret në stomak. Në këtë rast, uji zbret me nxitim poshtë, ndërsa gazrat ngjiten lart, duke krijuar fryrje barku e, ndonjëherë, edhe mbytje. Njeriu nuk e shijon të pirët në këtë mënyrë.

Kur uji i ftohtë arrin papritur në mëlçi, e dobëson atë, sepse i shkakton asaj ulje të temperaturës. Por, kur pirja bëhet me disa frymëmarrje, mëlçia nuk e humb ngrohtësinë e saj e, rrjedhimisht, nuk dobësohet. Në mënyrë të ngjashme, po të hedhësh ujë mbi një tenxhere që është duke vluar, nuk do t'i bësh asaj ndonjë ftohje të madhe.

Tirmidhiu shënon se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Mos pini me një frymë, siç bën deveja, por pini me dy ose tri ndërprerje, duke përmendur emrin e Allahut para se të pini dhe duke e falënderuar Atë pasi të keni përfunduar."

Përmendja e emrit të Allahut përpara pirjes dhe falënderimi i Tij pas saj luan një rol të rëndësishëm në përfitimet që vijnë nga pija, duke e shijuar atë dhe duke u ruajtur nga të këqijat e saj. Imam Ahmedi ka thënë: "Nëse ushqimi ka katër cilësi, atëherë ai quhet i përkryer: kur përpara se të hahet (ose pihet) është përmendur emri i Allahut, kur pasi është ngrënë (ose pirë) është falënderuar Allahu, kur ka shumë duar që hanë prej tij dhe kur është siguruar në rrugë hallall (të lejuara)."

Mbulimi i enëve të ushqimit dhe mbyllja e calikëve të ujit

Muslimi sjell në *Sahih*-un e tij hadithin e Xhabir ibn Abdullahit, që tregon se e ka dëgjuar të Dërguarin e Allahut të thotë: "Mbulojini enët e ushqimit dhe lidhini grykat e calikëve të ujit, sepse është një

natë gjatë vitit, në të cilën zbret një sëmundje, e cila, nëse gjen enë ushqimi të zbuluara apo calikë uji të pambyllur, bie në të."

Ky hadith përmban një njohuri hyjnore, të cilën doktorët nuk mund ta arrijnë ta kapin me forcat e veta. Lejth ibn Sadi, - një nga përcjellësit e këtij hadithi - ka thënë: "Jomuslimanët e dinë se kur është kjo ditë, në muajin e parë të vitit, dhe përpiqen t'i ruhen së keqes së saj."

Pejgamberi (s.a.u.s.) ka urdhëruar që ena të mbulohet, qoftë edhe duke vendosur mbi të një shkop, në mënyrë që njeriu të mësohet që gjithmonë t'i mbulojë enët e ushqimit. Përveç kësaj, insektet që ecin (p.sh. milingonat) nuk do të futen në ushqim, por do të kalojnë mbi shkop.

Pejgamberi (s.a.u.s.) na ka urdhëruar, gjithashtu, që ne të përmendim emrin e Allahut kur të mbulojmë enën, me qëllim që ta mbrojmë atë nga shejtani, insektet dhe kafshët.
Pirja duke e vënë gojën te caliku nuk lejohet. Për këtë, Buhariu sjell rrëfimin e Ibn Abasit, që thotë se: "I Dërguari i Allahut e ka ndaluar vënien e buzëve te caliku gjatë pirjes."

Nga ky hadith rrjedhin shumë mësime. Për shembull, nëse dikush e vë gojën te gryka e calikut, do të bëjë që ena të marrë një erë të rëndë. Po ashtu, në këtë mënyrë, uji mund të zbresë me furi dhe të dëmtojë stomakun. Në ujë mund të ndodhet, gjithashtu, ndonjë insekt, të cilin njeriu mund ta gëlltisë, pa dashje, dhe kjo mund ta dëmtojë. Uji mund të jetë i ndotur edhe me substanca të rrezikshme, të cilat do të përfundojnë në barkun e njeriut, nëse ai nuk di për këtë. Përveç kësaj, pirja duke vënë buzët te gryka e calikut e mbush barkun me ajër e, rrjedhimisht, uji nuk ka për të patur hapësirën e nevojshme.

Nuk lejohet të pish te ana e ciflosur e kupës

Ebu Daudi sjell në *Sunen*-in e tij dëshminë e Ebu Seid El Hudriut, që thotë se: "I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) e ndaloi pirjen nga ana e ciflosur e kupës dhe frymënxjerrjen mbi pije."

Ky hadith u mëson muslimanëve mjaft norma të edukatës. Për shembull:

- Nëse pi tek ana e ciflosur e kupës, ashtu mund të gëlltisësh substancat që janë grumbulluar te kjo pjesë e enës.
- Kjo mënyrë mund të pengojë shijimin sa më të mirë të pijes.
- Te pjesa e ciflosur krijohet lerë dhe papastërti, të cilat shpeshherë nuk hiqen me një shpëlarje.
- Ana e ciflosur është pjesa më e keqe, nga e cila nuk ka mirësi. Njëherë, një njeri nga tanët, kur pa një burrë që po blinte sende të ulëta, të dorës së dytë, i tha: "Mos i bli ato! A nuk e di ti se Allahu nuk i ka bekuar gjërat e ulëta?!"
- Në fund, pjesa e ciflosur mund të lëndojë edhe gojën.

Për sa i përket frymës mbi kupë, ajo bën që era e rëndë e gojës të përcillet te lëngu. Kjo është arsyeja që Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka ndaluar frymënxjerrjen mbi enë. Sipas një hadithi të sjellë nga Tirmidhiu, Ibn Abasi tregon që: "I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) e ka ndaluar frymën mbi enë."

Dikush mund të pyesë: Po hadithi që gjendet në dy *Sahih*-ët, i treguar nga Enesi (r.a.), se: "I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) merrte frymë tri herë gjatë pirjes"?

Përgjigjja jonë është se ne e besojmë këtë hadith dhe se ai nuk bie në kundërshtim me hadithin tjetër, që sollëm ne, sepse ai thjesht tregon që Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk e pinte ujin me një frymë. Kjo situatë ngjan me një hadith tjetër, ku thuhet se: "Ibrahimi, djali i Profetit (s.a.u.s.) vdiq në gji",[1] kuptimi i të cilit është: vdiq tepër i vogël, në moshën e gjidhënies.

Pejgamberi (s.a.u.s.) e pinte qumështin të holluar ose të paholluar me ujë. Qumështi i ëmbëlsuar është mjaft i mirë në vendet e nxehta për ruajtjen e shëndetit dhe për sigurimin e lagështisë për trupin dhe mëlçinë. Kjo vlen sidomos kur kafshët që prodhojnë qumështin ushqehen me trumzë të butë, santolinë,[2] bar pelini e të

[1] Muslimi, 2316.

[2] Santolinë - Emri shkencor: *Santolina*.

tjera të ngjashme, sepse qumështi i tyre është edhe ushqim, edhe ilaç.

Tirmidhiu sjell rrëfimin se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Kur të hani ushqim, thoni: 'O Allah! Bekoje këtë për ne dhe na jep diçka më të mirë se ky!' Nëse dikujt i jepet qumësht, të thotë: 'O Allah! Bekoje këtë për ne dhe na jep më shumë prej tij!' Nuk ka dyshim se qumështi është ushqimi ose pija e vetme që është e mjaftueshme."

Ndërsa Muslimi sjell hadithin: "I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) përgatiste *nebidh* kur binte mbrëmja, dhe pastaj pinte lëngun e krijuar në mëngjesin e ditës tjetër, natën vijuese dhe ditën tjetër, një natë dhe ditën e mëpasshme deri në vaktin e ikindisë. Nëse mbetej gjë pas kësaj, ai ia jepte ndonjë skllavi ose urdhëronte që të derdhej."

Nebidh-i i përmendur në hadith është uji i ëmbëlsuar duke i futur hurma brenda, dhe përdoret qoftë si ushqim, qoftë si pije. *Nebidh*-i luan një rol të rëndësishëm në forcimin e trupit dhe në ruajtjen e shëndetit. Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk e pinte *nebidh*-in që i kishte kaluar tri ditët, pasi ashtu ai mund të ishte fermentuar dhe mund të ishte kthyer në substancë alkoolike.

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) në lidhje me veshjet

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) në lidhje me rrobat ishte mësimi më i mirë, më i dobishmi për trupin dhe mënyra më e lehtë për veshjen dhe zhveshjen e tyre.

Pejgamberi (s.a.u.s.) vishte një rrobë të sipërme dhe një *izar* (që mbulonte trupin), pasi këto janë llojet e veshjeve më të buta për trupin. Pejgamberi (s.a.u.s.) pëlqente të vishte edhe këmisha, si rroba të preferuara të tij.

Veshjet e Pejgamberit (s.a.u.s.) ishin më të dobishmet për trupin, pasi ato nuk kishin mëngë tepër të gjata ose tepër të gjera. Mëngët ishin deri te kyçi dhe nuk e kalonin asnjëherë dorën, përndryshe do të ishte e vështirë për t'i veshur ose për të lëvizur. Po ashtu, ato

nuk ishin as më të shkurtra sesa u përshkruan, në mënyrë që duart të mos i shfaqeshin të ftohtit apo të nxehtit.

Këmishat apo xhybet e Pejgamberit (s.a.u.s.) nuk e arrinin kaviljen e këmbës, madje zakonisht ato shkonin deri në mes të kërcirit. Në të kundërt, po të ishin më të gjata, ato do të pengonin lëvizjen e lirshme, dhe po të ishin më të shkurtra, do t'i shfaqnin kofshët ndaj të nxehtit dhe të ftohtit.

Çallma e Pejgamberit (s.a.u.s.) nuk qe tepër e madhe, aq sa të dëmtonte kokën, por nuk qe as mjaft e vogël, sa të mos arrinte ta mbronte kokën nga të nxehtit dhe të ftohtit; ajo qe mesatare. Pejgamberi (s.a.u.s.) e kalonte një pjesë të saj poshtë mjekrës, me qëllim që ta mbronte qafën nga të nxehtit dhe të ftohtit dhe për ta mbajtur çallmën të fiksuar pas kokës kur ecte mbi kalë ose deve, ose kur ishte në betejë.

Shumë njerëz përdorin disa lloj lidhësesh, në vend që ta kalojnë çallmën nën mjekër, ndonëse kjo mënyrë nuk krahasohet për nga dobia e bukuria me atë të parën.

Nëse i studion rrobat që ka veshur Pejgamberi (s.a.u.s.), do të kuptosh se ato janë më të mirat për trupin dhe shëndetin dhe më të largëtat nga ekstravaganca apo vështirësia në të veshur.
Pejgamberi (s.a.u.s.) vishte më së shumti *khuff*-e (çorape) për udhëtim, sepse të tilla kishin nevojë këmbët për t'u ruajtur nga pasojat e të nxehtit dhe të ftohtit. Megjithatë, ndonjëherë, ai i vishte *khuff*-et edhe kur nuk udhëtonte.

Veshjet më të parapëlqyera për të ishin ato të bardha ose me vija. Ai (s.a.u.s.) nuk vishte rroba krejt të kuqe, krejt të zeza ose të ngjyrosura.

Për sa i përket rrobës së kuqe që ka veshur Pejgamberi (s.a.u.s.), - sipas një dëshmie - ajo ka qenë një veshje jemenase, me shirita të zinj, të kuq dhe të bardhë. Ne e kemi përmendur këtë fakt edhe

më lart, e kemi thënë se disa njerëz gabojnë kur mendojnë se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka veshur rroba të kuqe.

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) për banesën

Pejgamberi (s.a.u.s.) e dinte se kjo botë është thjesht një stacion kalimtar, në të cilin qëndrohet për aq kohë sa zgjat kjo jetë, pas së cilës njeriu do të shpërngulet për në botën tjetër. Nuk qe traditë e tij, e sahabëve apo e gjithë pasuesve të vërtetë të tij që t'i kushtoheshin ndërtimit, ngritjes, zbukurimit apo zgjerimit të shtëpive. Përkundrazi, banesat e tyre ishin stacionet më të mira të përkohshme që mund t'i vlenin një udhëtari, duke e mbrojtur atë nga të ftohtit, nga të nxehtit, nga sytë e njerëzve, nga egërsirat, madje edhe prej rrezikut se mos shembeshin nga pesha e vet e stërmadhe.

Banesat e tyre nuk ishin aq të gjera, sa të mbanin edhe kafshët brenda, por as edhe tepër të larta, sa të rriheshin nga erërat. Ato nuk ishin nën nivelin e tokës, se kështu do të kishte pasoja për banorët, por nuk ishin as mjaft të ngritura lart; në fakt, ato ishin në nivel me tokën. Të tilla janë shtëpitë më të mira, më pak të prekura nga i ftohti ose nga i nxehti. Ato nuk ishin aq të vogla, sa t'u sillnin probleme banorëve me ngushtësinë e tyre, por nuk ishin as aq të gjera, sa të kishin hapësira të pashfrytëzueshme për ta. Shtëpitë e tyre nuk kishin banja brenda, që t'i shqetësonin njerëzit me erën e rëndë. Përkundrazi, në ato banesa mbizotëronte aroma e këndshme. Siç dihet, Pejgamberi (s.a.u.s.) e pëlqente aromën e mirë dhe gjithmonë mbante parfume në shtëpi. Madje, edhe djersa e Pejgamberit (s.a.u.s.) ishte ndër aromat më të mira, ashtu siç qe edhe era e trupit të tij. Nuk ka dyshim se ky qe përshkrimi i llojit më të mirë të shtëpive, i atyre që janë më të përshtatmet për trupin dhe për ruajtjen e shëndetit.

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) në lidhje me fjetjen

Kush lexon për udhëzimin e Pejgamberit (s.a.u.s.) në lidhje me qëndrimin zgjuar a fjetur do të shohë se gjumi i tij ishte më i miri dhe më i dobishmi për trupin, organet dhe fuqinë fizike. Ai flinte

në pjesën e parë të natës dhe zgjohej në fillim të pjesës së fundit të saj, përdorte misvakun (për të pastruar gojën), merrte abdes dhe falte namaz aq sa ia bënte të mundur Allahu. Në këtë mënyrë, trupi, organet dhe fuqia merrnin pjesën që u takonte nga gjumi, pushimi dhe veprimtaria fizike, duke mos lënë mangët shpërblimin e plotë nga Allahu. Kjo metodë ishte gjetja e duhur për zemrën dhe trupin, për këtë jetë dhe tjetrën.

Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk bënte gjumë të tepërt, por as nuk e privonte trupin nga gjumi i domosdoshëm, duke e bërë këtë mënyrë si më të përkryerën në këtë aspekt. Ai flinte atëherë kur lipsej të flihej, shtrihej nga krahu i djathtë dhe përmendte Allahun e lutej derisa gjumi i kaplonte sytë. Trupi i tij nuk mbingarkohej me ushqim apo pije. Ai nuk flinte menjëherë në tokë, pa shtroje, por as nuk flinte mbi shtretër të lartë. Përkundrazi, ai shtrihej mbi një hasër të thurur me gjethe, mbështetej mbi një jastëk e, ndonjëherë, duart i vinte nën mjekër.

***

Tashmë do të flasim më gjerë për mënyrat më të mira dhe ato më të këqija të të fjeturit.

Gjumi është një gjendje kur nxehtësia instiktive (e trupit) bëhet joaktive, e kështu trupi gjen qetësi. Ka dy lloje gjumi: normal dhe jonormal. Gjumi normal nënkupton prehjen e energjive të brendshme dhe të ndjeshmërisë. Kur këto energji janë në gjendje prehjeje, trupi ndalet nga veprimtaria e tij e zakonshme. Ndërkohë, avujt dhe lagështia që, para këtij çasti, lëviznin dhe dekompozoheshin, ngjiten lart në tru, i cili është vendndodhja e këtyre energjive. Atëherë, truri bëhet joaktiv, dhe kjo është gjendja normale e gjumit.

Gjendja jonormale (ose e rëndë) e gjumit ndodh për shkak të ndonjë aksidenti ose një sëmundjeje. Në këtë rast, lagështia e tepërt e mbisundon trurin, duke bërë që njeriu të zgjohet me vështirësi prej gjumit. Gjithashtu, mund të ndodhë që sasia e tepërt e avujve të ngjitet lart në tru, siç janë gjendjet pas ngrënies

ose pirjes së tepërt, kur truri ka nevojë të çlodhet, prandaj njeriun e zë gjumi.

Ka dy dobi prej gjumit:

- Shqisat bien në prehje, pasi ato i ka kapur lodhja. Shqisat çlodhen pas veprimtarive të mundimshme të kohës kur njeriu është zgjuar.
- Dobia e dytë është tretja e ushqimit dhe përpunimi i përzierjeve, gjendjeve ose temperamenteve të ndryshme. Gjatë gjumit, nxehtësia instiktive përqendrohet te procesi i tretjes, e kjo është arsyeja që trupi ftohet dhe ka nevojë të mbulohet kur fle.

Mënyra më e mirë e fjetjes është kur njeriu shtrihet nga krahu i djathtë, pozicion ky në të cilin ushqimi qëndron lirshëm në stomak, pasi, siç e kemi thënë, stomaku ndodhet disi në të majtë të barkut. Megjithatë, është e nevojshme që të shtrihesh edhe pak nga ana e majtë, me qëllim që të bëhet një tretje më e shpejtë, pasi stomaku mbështetet mbi mëlçinë. Pas kësaj, duhet të kthehesh sërish nga e djathta, për ta ndihmuar stomakun ta shtyjë ushqimin poshtë vetes. Në këtë mënyrë, njeriu e nis dhe e përfundon gjumin duke qëndruar i shtrirë nga e djathta. Po ashtu, gjumi nga e majta dëmton zemrën, pasi organet e trupit, në atë pozicion, e shtypin atë me të gjithë peshën e tyre.

Ndër format më të këqija të të fjeturit është ajo në shpinë, ndonëse të pushosh duke u shtrirë kështu, pa fjetur, nuk është e dëmshme. Ndërsa mënyra më e keqe e të fjeturit është përmbys. Ahmedi dhe Ibn Maxhe sjellin rrëfimin e Ebu Umames se: - Pejgamberi (s.a.u.s.) kaloi njëherë pranë një burri që po flinte në xhami, i cili ishte shtrirë përmbys. Ai e preku atë me këmbën e tij, duke i thënë: "Ngrihu, sepse kjo është fjetje Xhehenemi!"[1]

Në librin e tij, Hipokrati thotë: "Nëse një i sëmurë fle përmbys, ndërkohë që nuk e ka patur këtë shprehi të tij kur ka qenë i

---

[1] Ibn Maxhe, 3725. *Sened*-i është i dobët; por është edhe një hadith tjetër, i shënuar nga Tirmidhiu, Ahmedi dhe Ebu Daudi, i cili e përforcon atë.

shëndetshëm, atëherë ai ose tregon që ka të meta mendore, ose që ka dhembje stomaku." Ata të cilët shpjegojnë librin e Hipokratit thonë se ai ka dashur të tregojë se kush fle përmbys, - zakon mjaft i keq ky - nuk ka ndonjë justifikim të drejtë për këtë veprim.
Mënyrat e mira të të fjeturit ndihmojnë fuqitë natyrale të trupit të përmbushin detyrat e tyre, si edhe forcojnë shëndetin psikologjik të personit. Gjumi gjatë ditës është i keq për shëndetin dhe shkakton sëmundje të lagështisë, zverdhje, sëmurin shpretkën, dobësojnë nervat, sjellin dembelizëm e mungesë vullneti, përveç gjatë stinës së verës, rreth mesditës. Gjumi më i keq është ai i orëve të para të ditës dhe ai i pasdites (mes ikindisë dhe akshamit). Njëherë, Ibn Abasi, kur pa të birin të flinte në mëngjes herët (pas sabahut), i tha atij: "Çohu! Përse fle atëherë kur është duke u ndarë risku?!"

Kanë thënë se gjumi i ditës është tri llojesh:
- i mirë, dhe ky është gjumi rreth mesditës;
- i shkujdesur, që është gjumi herët në mëngjes (pas sabahut), i cili e pengon njeriun nga të mirat e kësaj bote dhe ato të ahiretit;
- gjumi i çmendurisë, që bëhet pas ikindisë.

Kjo është arsyeja që disa njerëz nga tanët thonë se: "Kush ka fjetur pas ikindisë dhe pastaj ka luajtur mendsh, të mos fajësojë njeri tjetër për këtë, veç vetes."

Gjumi pas sabahut pengon ardhjen e riskut, me kuptimin që në orët e para të mëngjesit krijesat dalin për të kërkuar riskun e tyre. Kësisoj, të flesh në kohën kur ndahet risku do të thotë të humbësh shansin për të fituar këtë risk, veç nëse gjumi është i domosdoshëm. Jo vetëm kaq, por gjumi në këtë periudhë është tepër i dëmshëm për shëndetin, sepse shkakton mpirje të ndjeshmërisë dhe prish përmbajtjen e stomakut, e cila duhet të përpunohet nëpërmjet veprimtarisë fizike. Mpirja ose plogështia në trup shkaktohet sidomos kur njeriu bie në gjumë pa u liruar njëherë (nga jashtëqitjet), pa ecur disa hapa ose pa kryer disa veprime fizike, dhe pa futur diçka në stomak. Kjo vetë është një lloj sëmundjeje, e cila çon në shumë sëmundje të tjera.

Edhe fjetja në diell shkakton sëmundje gjumësie, sidomos kur një pjesë e trupit ndodhet në diell dhe pjesa tjetër në hije. Ebu Daudi sjell rrëfimin e Ebu Hurejrës, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Nëse jeni duke qëndruar në hije, dhe pastaj hija largohet, duke iu nxjerrë një pjesë të trupit në diell, ndërkohë që pjesa tjetër është ende në hije, atëherë largohuni prej atij vendi."[1]

Ibn Maxhe dhe Ebu Daudi sjellin gjithashtu hadithin, se: "I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) e ndaloi qëndrimin ndërmjet diellit dhe hijes." Kjo tregon se nuk lejohet të flesh duke qëndruar pjesërisht në diell dhe pjesërisht në hije.

Në dy *Sahih*-ët është rrëfimi i Bera ibn Azibit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Gjithmonë, para se të bini për të fjetur, merrni abdes, ashtu si për namaz, shtrihuni në krahun tuaj të djathtë dhe thoni: 'O Allah, unë ta dorëzoj veten time Ty, t'i besoj Ty të gjitha çështjet e mia dhe mbështetem tek Ti që të më ruash shpinën time, duke patur njëkohësisht shpresë (tek Ti) dhe frikë prej Teje! Nuk ka shmangie prej Teje dhe nuk ka strehë tjetër shpëtimi e sigurie përveç Teje! O Allah, unë besoj në Librin Tënd (Kuranin), të cilin Ti ia shpalle Pejgamberit Tënd (Muhamedit), të cilin Ti e dërgove!' Le të jenë këto fjalët tuaja të fundit, sepse nëse vdisni atë natë, do të vdisni në *fitrah* (gjendjen e natyrshme, në fenë islame)."[2]
Ndërsa Buhariu sjell rrëfimin e Aishes, se: "I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.), pasi falte dy rekatët (sunet) e sabahut, shtrihej nga krahu i djathtë."

Është thënë se urtësia e fjetjes në krahun e djathtë, është se në këtë pozicion, nuk bëhet gjumë i tepërt. Zemra ndodhet disi në të majtë të kraharorit, prandaj kur shtrihesh nga e djathta, e pengon zemrën të qëndrojë në vendin e saj normal e, rrjedhimisht, njeriu zgjohet kur nuk ndihet rehat. Kurse fjetja në krahun e majtë e

[1] Hadithi është i mirë. Ai vjen në shumë versione, që plotësojnë njëri-tjetrin. Gjendet tek Ebu Daudi, Ahmedi dhe Hakimi.
[2] Buhariu, 11, 93; Muslimi, 2710.

rehaton zemrën, dhe kjo sjell gjumë të rëndë, prej të cilit njeriu humbet të mirat e jetës dhe fesë së tij.

Meqë gjumi është i ngjashëm me vdekjen, ai nuk i përshtatet dhe nuk ka lidhje me të Përjetshmin, i Cili nuk vdes kurrë. Madje, gjumi nuk u përshtatet as banorëve të Xhenetit.

Kur janë në gjumë, njerëzit kanë nevojë të mbrohen nga çdo lloj e keqeje ose rreziku, dhe meqë vetëm Allahu është Ai që mund t'ua plotësojë këtë nevojë, Pejgamberi (s.a.u.s.) na mësoi ne t'i lutemi Atij duke shprehur mbështetjen tonë tek Ai, frikën ndaj Tij, besimin e plotë në mëshirën, ruajtjen dhe përkujdesin e Tij, si edhe dëshirën që këto fjalë të jenë të fundit para gjumit, pasi kështu, nëse njeriut i merret shpirti gjatë asaj nate, ai ka për t'u futur në Xhenet.

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) në këtë drejtim ka përfshirë të mirat për zemrën, trupin dhe shpirtin gjatë kohës së gjumit dhe qëndrimit zgjuar, për këtë jetë dhe jetën tjetër. Paqja dhe bekimet e Allahut qofshin mbi atë, nëpërmjet të cilit ndjekësit e tij përfituan të gjitha llojet e së mirës.

Thënia e Pejgamberit (s.a.u.s.): "…unë ta dorëzoj veten Ty…", ka kuptimin: "të dorëzohem e nënshtrohem Ty", ashtu si skllavi i nënshtrohet padronit të vet.

Ndërsa: "…e kthej fytyrën time nga Ty…", ka kuptimin: "e kthej të gjithë vëmendjen time kah Allahu, me sinqeritet e qëllim të qartë", duke pohuar ndërkohë robërimin, nënshtrimin dhe bindjen ndaj Tij. Allahu thotë: "…Kështu që, nëse ata polemizojnë me ty (o Muhamed), thuaju: 'Unë i jam nënshtruar Allahut (në Islam), e po ashtu edhe ata që më ndjekin mua'." [Ali Imran, 20] Dihet, gjithashtu, se fytyra është pjesa më e nderuar e trupit; ajo është vendi i shqisave dhe i njohjes.

Dorëzimi i të gjitha çështjeve tek Allahu nënkupton nënshtrimin e shoqëruar me kënaqësi në zemër. Kjo është kënaqësi me atë që ka

caktuar e zgjedhur Allahu për ty, caktim i cili është bërë me vullnetin dhe me kënaqësinë e Tij. Lidhja e të gjitha çështjeve me Allahun është një nga shprehjet më të larta të robërimit ndaj Tij.
Në lutje thuhet: "…mbështetem tek Ti që të më ruash shpinën time…". Kjo shprehje tregon forcën e mbështetjes dhe të besimit tek Ai. Kush e mbështet shpinën mbi një bazë të fuqishme, nuk ka frikë se mos bie e rrëzohet.

Zemra karakterizohet nga dy llojet forcash:
1. kërkuese, e cila është, në fakt, ambicia e shpresa për të arritur gjithçka të mirë për dynjanë dhe ahiretin, dhe:
2. forca larguese, e cila është vetë frika për t'u ruajtur nga çdo e keqe në dynja dhe ahiret.

Kështu, Pejgamberi (s.a.u.s.) i përmendi bashkë këto dy forca, duke thënë: "…duke patur njëkohësisht shpresë (te Ti) dhe frikë prej Teje!"

Pejgamberi (s.a.u.s.), më pas, e lavdëronte Allahun duke deklaruar se robi nuk mund të gjejë shpëtim e strehë gjetkë, përveçse tek Allahu. Allahu është i Vetmi tek i Cili robi kërkon mbrojtje e strehim, në mënyrë që Ai (Allahu) ta ruajë robin nga Vetja (vetë Allahu). Sipas një hadithi tjetër, Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Unë kërkoj mbrojtje me kënaqësinë Tënde prej zemërimit Tënd, dhe me lejen Tënde, (kërkoj mbrojtje) prej ndëshkimit Tënd! Unë kërkoj mbrojtje nga Ty nëpërmjet Teje!"

Kështu, veç Allahu mund ta mbrojë robin e Tij dhe ta shpëtojë nga ndëshkimi i Tij, i cili ndodh me vullnetin e Tij. Ndëshkimi dhe shpërblimi vijnë vetëm nga Allahu. Robi i lutet Allahut për mbrojtje kundra gjërave që Ai sjell (sprovave dhe ndëshkimit) dhe vetëm Atij i kërkon strehë për siguri. Veç Ai është Zoti i gjithçkaje dhe gjithçka ndodh me vullnetin e Tij:
"E nëse Allahu ju sjell ndonjë lëndim, askush nuk mund ta largojë atë veç Tij…" [Junus, 107]
"Thuaj: 'E kush mund t'ju mbrojë ju prej Allahut, nëse Ai dëshiron t'ju godasë e keqja?! Kush mund ta pengojë Atë, nëse Ai do që t'ju mëshirojë?!'…" [Ahzab, 17]

Në fund, Pejgamberi (s.a.u.s.) e mbyll lutjen duke deklaruar besimin te Libri i Allahut dhe tek i Dërguari (s.a.u.s.), i cili është çelësi i suksesit dhe i shpëtimit të vërtetë në këtë botë dhe në botën tjetër. Pra, ky ishte udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) në lidhje me fjetjen.

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) për mënyrën e zgjimit

Pejgamberi (s.a.u.s.) zgjohej kur këndonte gjeli, lavdëronte Allahun, deklaronte madhështinë dhe njëshmërinë e Tij, i lutej Atij dhe përdorte misvakun. Më pas, ai merrte abdes, niste namazin, këndonte fjalët e Allahut (Kuranin), duke e madhëruar Atë dhe duke shpresuar tek Ai, me frikë dhe dëshirë. E çfarë veprimesh mund të jenë ruajtëse më të mira të shëndetit të zemrës, trupit, shpirtit dhe të forcës në përgjithësi, apo mënyra më të mira për të arritur të mirat e kësaj bote dhe të ahiretit, sesa këto veprime?!

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) për veprimtarinë fizike

Për sa i përket udhëzimit të Pejgamberit (s.a.u.s.) për kohën kur ishte i zënë apo i lirë, ne do të shkëpusim një pjesë, që do të na tregojë se udhëzimi i tij në këtë aspekt ishte më i përkryeri.
Është e vërtetë se, që të mbahet gjallë, trupi ka nevojë për ushqim dhe pije. Është fakt, gjithashtu, se jo i gjithë ushqimi i konsumuar tretet. Përkundrazi, një pjesë e tij mbetet dhe, me kalimin e kohës, këto substanca grumbullohen në trup, me cilësi dhe sasi të gjithfarshme. Të tilla grumbullime e dëmtojnë trupin, pasi ato shkaktojnë bllokime nëpër enët e tij, duke bërë që ai të ndihet i rënduar. Nëse i heq këto substanca duke përdorur ilaçe, atëherë trupi do të dëmtohet, sepse shumica e ilaçeve janë toksike, në shkallë të ndryshme. Në fakt, ilaçet heqin edhe substancat e dobishme, bashkë me ato të dëmshmet. Për sa i përket cilësisë së këtyre substancave, trupi dëmtohet kur ato nxehen, prishen, ftohen ose dobësojnë nxehtësinë ose energjinë natyrale në përpunimin e plotë të substancave të tepërta.

Bllokimet e shkaktuara nga lëndët e mbetura janë të dëmshme, qofshin ato të lëna në trup apo të nxjerra jashtë. Kësisoj, lëvizja është një nga mënyrat më të mira për t'i penguar këto substanca të grumbullohen. Lëvizja nxeh organet dhe shkrin lëndët e mbetura, duke mos lejuar kështu grumbullimin e tyre. Nga ana tjetër, trupi mësohet me gjendjen aktive dhe të lehtë, që vjen prej lëvizshmërisë, përmirëson procesin e ushqyerjes, i kaliten kyçet dhe i forcohen muskujt e dejet. Veprimtaria fizike me masë i jep imunitet trupit kundra pjesës më të madhe të sëmundjeve dhe ndryshimeve të temperamenteve, me kusht që ajo të bëhet në kohën dhe rrethanat e volitshme.

Veprimtaria fizike duhet të kryhet pas tretjes së ushqimit. Ushtrime me masë janë ato që i japin ngjyrë fytyrës dhe që gjallërojnë trupin. Për sa u përket ushtrimeve që shkaktojnë djersitje, ato janë të tepërta.

Çdo organ forcohet kur ushtrohet rregullisht me një lloj veprimtarie, sidomos me ato sporte argëtuese që organi është mësuar. Ata që merren rregullisht me sport kalitin trupin e tyre, ndërsa ata që ushqejnë kujtesën forcojnë memorien e tyre. Çdo organ ka ushtrimet e veta të përshtatshme. Për shembull, gjoksi ka nevojë për recitim, i cili duhet të nisë fillimisht me një ton të ulët, që pastaj mund të ngrihet e forcohet. Veshi ka nevojë të dëgjojë tinguj dhe zëra të ndryshëm, duke nisur nga ato më të ulëtit, tek ata më të lartit. Gjuha ka nevojë të flasë, syri që të shohë dhe këmbët që të ecin, duke i shtuar hapat pak e nga pak, hap pas hapi.

Kalërimi, përdorimi i harkut, mundja dhe vrapi janë sporte që shërbejnë për të gjithë trupin. Të tilla sporte, madje, luftojnë disa sëmundje kronike, si: lebrën, edemat apo kapsllëkun.
Ndërsa zemra ka nevojë për disa veprimtari, që përfshijnë të mësuarit, sjelljen, ndjenjën e lumturisë, gëzimin, durimin, qëndrueshmërinë, kurajën, vetëpërmbajtjen, kryerjen e veprave të mira e të tjera si këto. Durimi, dashuria, guximi dhe butësia janë ndër ushtrimet më të mira të shpirtit. Kur zemra ushtrohet me

këto ‘veprimtari’ pak e nga pak, atëherë ato cilësi nguliten fort në zemër dhe bëhen karakteristika të vetë personit.

Shkurtimisht, kur mëson udhëzimin e Pejgamberit (s.a.u.s.) në këtë aspekt, kupton se ai është më i përkryeri dhe më i dobishmi, dhe se ai shërben për të ruajtur shëndetin e mirë dhe fuqinë e trupit. Jo vetëm kaq, por ai është i dobishëm për çështjet e kësaj jete dhe të jetës tjetër.

Dihet se namazi e ruan shëndetin e trupit dhe ndihmon në shkrirjen e substancave të tij të tepërta. Përveç kësaj, ai ruan besimin dhe sjell lumturi në këtë dynja dhe në ahiret. Qëndrimi në këmbë gjatë natës, duke u falur, është një garantues mjaft i mirë i shëndetit. Namazi ndihmon kundra sëmundjeve akute dhe i jep gjallëri trupit, zemrës dhe shpirtit. Në dy *Sahih*-ët vjen rrëfimi se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: “Kur ju jeni në gjumë, Shejtani lidh pas kokës suaj tri nyje. Mbi secilën nyje ai thotë dhe fryn këto fjalë: *Nata është e gjatë, prandaj rri e fli*! Nëse ju kur zgjoheni, përmendni Allahun, atëherë zgjidhet një nyje. Nëse merrni abdes, zgjidhet nyja e dytë, e nëse ju falni namaz, atëherë zgjidhet nyja e tretë, dhe ju pastaj ngriheni në mëngjes tërë gjallëri e me zemër të mirë. Në të kundërt, ju do të ngriheni duke qenë të dembelosur dhe me një zemër të djallëzuar.”[1]

Po ashtu, shtylla tjetër e Islamit, agjërimi, e ruan shëndetin dhe është një lloj ushtrimi fizik për trupin dhe shpirtin. Askush që e ka karakterin të pacenuar nuk mund t’i mohojë këto fakte.
Për sa i përket xhihadit dhe të gjitha lëvizjeve e veprimtarive që ai përfshin, ai është një nga ruajtësit më të mirë të fuqisë, shëndetit, qëndrueshmërisë së zemrës dhe trupit, si edhe pastrues i lëndëve të mbetura dhe të padëshiruara që grumbullohen në trup. Xhihadi, gjithashtu, ndihmon në largimin e pikëllimit, brengave, ankthit dhe depresionit. Vetëm ata që e kanë provuar i njohin këto të vërteta.

---

[1] Buhariu, 3, 19; Muslimi, 776.

Në të njëjtën mënyrë, haxhi bashkë me ritet e tij, kalërimi, ndihma ndaj njerëzve për nevojat dhe të drejtat e tyre, vizita e të sëmurit, ndjekja pas e xhenazes, ecja në këmbë drejt xhamisë për të falur xhumanë ose namazet me xhemat, marrja e abdesit dhe larja rituale e tërë trupit, të gjitha kanë të njëjtat efekte dhe rezultate pozitive.

Veprimet që ne përmendëm ndikojnë në ruajtjen e shëndetit dhe ndihmojnë trupin në nxjerrjen normale të jashtëqitjeve të lëngshme dhe të ngurta. Një dobi tjetër e tyre është se ato janë shkas i përfitimit të të mirave në këtë botë dhe në botën tjetër, ashtu siç janë edhe ruajtëse nga çdo e keqe për të dyja jetët.

Tani, pra, duhet ta kemi të qartë se udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) për të gjitha këto është ai më i përsosuri. Udhëzimi i tij (s.a.u.s.) është më i miri, për sa i përket mënyrës së trajtimit të zemrës dhe të trupit, ruajtjes së gjendjes së mirë të tyre dhe largimit të çdo të keqeje prej tyre. Për ata që janë tashmë të udhëzuar drejt nuk ka më prova të tjera, përveç atyre që ne përmendëm. Në fakt, i gjithë suksesi vjen nga Allahu, i Vetmi.

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) mbi marrëdhëniet seksuale

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) në këtë drejtim është më i miri, pasi nëpërmjet tij ruhet shëndeti, përmbushet epshi dhe arrihen objektivat që synon kjo veprimtari.

Marrëdhëniet seksuale kanë tri qëllime kryesore:

- së pari, riprodhimin dhe ruajtjen e racës njerëzore, aq sa të përmbushet dhe plotësohet numri i individëve që Allahu ka urdhëruar të bëhet;
- së dyti, nxjerrjen jashtë të lëngut (spermës), i cili është i dëmshëm nëse rri brenda trupit, dhe:
- së treti, përmbushjen e kënaqësisë seksuale apo shijimin e seksit dhe të begatisë që ai përfaqëson.

Qëllimi i fundit është i vetmi që do të realizohet në Xhenet, sepse atje nuk do të ketë riprodhim të njerëzve e as grumbullim të spermës, që duhet patjetër të shkarkohet.

Doktorët më të shquar kanë deklaruar se seksi është një nga mënyrat më të mira për të patur një jetë të shëndetshme. Galeni thotë: "Sperma, në esencë, është nxehtësi dhe ajër. Ajo është e nxehtë dhe e lagësht, sepse prodhohet nga gjaku i kulluar, i cili ushqen organet kyçe të trupit."

Duke parë rëndësinë e madhe të saj, njeriu duhet të kuptojë se sperma nuk duhet të harxhohet më kot, por vetëm për qëllime riprodhimi ose për të çliruar trupin prej saj në mënyrë të ligjshme, kur ajo 'vjetërohet'. Nëse sperma gumbullohet me tepri në trup, ajo shkakton disa lloje sëmundjesh, si obsesione, çmenduri ose epilepsi. Ndërsa shkarkimi i saj, nga ana tjetër, ndihmon në kurimin e shumë prej këtyre sëmundjeve. Nëse sperma qëndron në trup për një kohë të gjatë, ajo prishet dhe kthehet në toksinë, që mund të shkaktojë sëmundje të ndryshme. Pikërisht kjo është arsyeja përse, ndonjëherë, sperma del jashtë trupit vetë, e pastimuluar.

Disa nga tanët kanë thënë: "Njeriu duhet të ketë kujdes në tri gjëra: ai nuk duhet ta shmangë ecjen në këmbë, pasi në të kundërt, kur ta ketë të nevojshme, nuk do të jetë i aftë ta bëjë; ai nuk duhet t'i largohet të ngrënit, se pastaj do t'i tkurren të brendshmet (rropullitë); dhe ai nuk duhet t'u largohet marrëdhënieve seksuale, pasi po nuk e nxore ujin e pusit, ai ka për t'u shteruar."

Ndërsa Muhamed ibn Zekerija ka thënë: "Çdokujt që ndërpret marrëdhëniet seksuale për një kohë të gjatë, kanë për t'iu dobësuar nervat, do t'i bllokohen qarkullimet (e lëndëve në trup) dhe do t'i zvogëlohet penisi. Unë kam parë disa njerëz që nuk kryenin marrëdhënie, me pretendimin se kështu tregonin vetëpërmbajtje, trupat e të cilëve ishin bërë më të ftohtë, lëvizjet më të ngathëta dhe shpesh i kapte një depresion i pashpjegueshëm. Atyre u kishte rënë, gjithashtu, oreksi dhe aftësia tretëse."

Marrëdhëniet seksuale ndihmojnë për të ruajtur shikimin nga haramet, ulin epshin, të largojnë nga marrëdhëniet e paligjshme, e po të njëjtat rezultate japin edhe për gruan. Nëse burri e përdor

spermën në mënyrë të ligjshme, prej kësaj do të përfitojnë ai vetë dhe gruaja e tij, në këtë botë dhe në botën tjetër.
Kjo është arsyeja përse Pejgamberi (s.a.u.s.) e kishte traditë t'i përmbushte dëshirat e ligjshme seksuale, siç edhe thoshte: "Nga dynjaja juaj, më janë bërë të dashura dy gjëra: gratë dhe aroma e mirë."

Pejgamberi (s.a.u.s.), gjithashtu, e ka nxitur umetin e tij që të martohen: "Martohuni, sepse unë do të matem me umetet e tjera nëpërmjet numrit (të popullsisë) tuaj."[1]

Ndërsa Ibn Abasi - duke aluduar për Pejgamberin (s.a.u.s.) - ka thënë: "Më i miri i këtij umeti është ai që ka patur numrin më të madh të grave të ligjshme."

Vetë Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Unë martohem, ha mish, fle gjumë, qëndroj në këmbë duke u falur, agjëroj dhe nuk agjëroj. Cilido që i shmanget mënyrës sime (Sunetit) nuk është prej pasuesve të mi!"

Po ashtu, ai ka thënë: "O rini! Le të martohet nga ju cilido që e ka mundësinë, sepse kjo ndihmon në uljen e shikimit (prej haramit) dhe mbron organin seksual (nga marrëdhëniet e paligjshme). Ndërsa kush nuk e ka këtë mundësi, le të agjërojë, sepse agjërimi do t'ia lehtësojë!"[2]

Kur Xhabiri mori për nuse një grua që kish qenë njëherë e martuar, Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha: "Pse nuk more një vajzë (të virgjër), që do të ledhatonte ty dhe ti ta ledhatoje atë?!"[3]

Në *Sunen*-in e Ibn Maxhes është një hadith nga Enes ibn Maliku (r.a.), që thotë: "Kush dëshiron ta takojë Allahun i dëlirë dhe i pastruar (nga gjynahet), le të martohet me gratë e lira (jo skllave)." [4]

---

[1] Hadithi është *sahih*. Kështu e shënon edhe Bejhakiu, Ebu Daudi dhe Nesaiu.
[2] Buhariu, 9, 92 dhe 95; Muslimi, 1400.
[3] Buhariu, 9, 104 dhe 106; Muslimi, 3, 1221.
[4] Ibn Maxhe 1862.

Ibn Maxhe sjell në *Sunen*-in e tij rrëfimin e Ibn Abasit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Ne nuk shohim zgjidhje më të mirë për ata që dashurojnë njëri-tjetrin, sesa martesa."[1]

Në *Sahih*-un e Muslimit është një hadith që vjen nga Abdullah ibn Omeri (r.a.), se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Jeta e kësaj bote është kënaqësi, dhe kënaqësia më e mirë e kësaj bote është gruaja e e virtytshme."[2]

Pejgamberi (s.a.u.s.) i ka nxitur pasuesit e vet që të martohen me gra të virgjëra, të bukura dhe besimtare të mira. Në *Sunen*-in e Nesaiut është hadithi që vjen nga Ebu Hurejra (r.a.), që tregon se dikush e pyeti të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.): "Cila është gruaja më e mirë?" Ai u përgjigj: "Gruaja që e kënaq burrin e vet kur ai e shikon, i bindet kur ai e urdhëron, dhe nuk e kundërshton atë në ato gjëra që ai i urren të bëhen prej saj, në lidhje me veten e saj dhe pasurinë e tij."[3]

Në dy *Sahih*-ët shënohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Një grua merret për nuse për katër gjëra: për pasurinë, pozitën, bukurinë ose devotshmërinë fetare të saj. Zgjidhni gruan e devotshme se do begatoheni!" [4]

Pejgamberi (s.a.u.s.) ka nxitur, gjithashtu, martesën me gra që lindin fëmijë dhe nuk e ka pëlqyer martesën me ato gra që nuk lindin. Ebu Daudi sjell rrëfimin e Makil ibn Jaserit, se njëherë, një burrë shkoi te Pejgamberi (s.a.u.s.) dhe i tha: - Njoh një grua të bukur e të pasur, me të cilën dua të martohem, por ajo nuk lind fëmijë (është sterile). A të martohem me të? - "Jo", - iu përgjigj ai. Burri i shkoi për herë të dytë, dhe Pejgamberi (s.a.u.s.) sërish nuk e lejoi. Kur vajti për herë të tretë, Pejgamberi (s.a.u.s.) tha:- "Martohuni me ato gra që lindin fëmijë, sepse unë do të matem me popujt e tjerë nëpërmjet numrit tuaj!"

---

[1] Ibn Maxhe, 1847; Hakimi, 2, 160; Bejhakiu, 7, 78, me *sened hasen*.

[2] Muslimi, 1478.

[3] Nesaiu, 6, 68; Ahmedi, 2, 251; me *sened hasen*.

[4] Buhariu, 9, 115; Muslimi, 1466.

Tirmidhiu sjell hadithin se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Katër gjëra janë prej traditës së profetëve: martesa, përdorimi i mivakut, parfumi dhe lyerja me këna."

***

Burri duhet ta ledhatojë fillimisht gruan e vet, para se të kryejë marrëdhënie seksuale, duke e puthur apo duke i thithur gjuhën ndonjëherë. Kështu vepronte edhe i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) me gratë e veta. Ebu Daudi sjell në *Sunen*-in e tij rrëfimin se: "Pejgamberi (s.a.u.s.) e puthte Aishen (r.a.) dhe ia thithte gjuhën." Ndërsa Xhabir ibn Abdullahi tregon se: "Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk e ka lejuar kryerjen e marrëdhënieve seksuale, pa patur njëherë ledhatime."

Ndonjëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) shkonte me të gjitha gratë e tij brenda një nate, dhe në fund bënte larjen tërësore të trupit (*gusl*-in). E, ndonjëherë, ai bënte banjë në çdo rast më vete, pasi shkonte me secilën grua. Kështu, Muslimi sjell në *Sahih*-un e tij rrëfimin e Enesit, se: "Pejgamberi (s.a.u.s.), ndonjëherë, shkonte me të gjitha gratë e tij brenda një nate, dhe në fund bënte gusël." Ndërsa Ebu Daudi, në *Sunen*, sjell hadithin që vjen prej Ebu Rafiut, shërbyesit të Pejgamberit (s.a.u.s.), se: - Pejgamberi (s.a.u.s.), njëherë, fjeti me të gjitha gratë e tij (brenda një nate), dhe në fund të çdo rasti bënte banjë. Unë - thotë Ebu Rafiu - e pyeta: Përse, o i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.), nuk bën vetëm një banjë në fund? - Ai u përgjigj: - "Sepse kështu është më pastër (fizikisht e shpirtërisht) dhe më mirë."

Është e lejueshme për ata që sapo kanë kryer marrëdhënie, të marrin abdes para se të kryejnë sërish, për herë të dytë. Muslimi, në *Sahih*-un e tij, sjell rrëfimin e Ebu Said El Hudriut, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Nëse ndonjëri prej jush kryen marrëdhënie me gruan e vet, dhe dëshiron që ta bëjë sërish, le të marrë abdes."

Gusli ose abdesi pas seksit gjallëron forcat dhe pastron çdo gjë që ka mbetur pas marrëdhënieve (spermën, për shembull). Ai është gjithashtu një akt pastrimi shpirtëror. Me larjen, nxehtësia e brendshme, pas një rritjeje të lartë gjatë aktit seksual, kthehet në normalitet. Bërja banjë e krejt trupit sjell pastërtinë, që Allahu e pëlqen, dhe largon ndyrësinë, që Allahu e urren. Kësisoj, larja e

trupit pas marrëdhënieve është një nga veprimet më të mira për të ruajtur shëndetin dhe fuqinë.

Marrëdhëniet intime është mirë të kryhen pasi të jetë tretur ushqimi

Ftohtësia, nxehtësia, thatësia dhe lagështia e trupit duhet të jenë të gjitha mesatare, në parametra normalë. Seksi është i dëmshëm kur stomaku është më tepër i mbushur, sesa i zbrazët. Në një rast të tillë, trupi provon lagështi të tepërt, përkundër thatësisë, dhe nxehtësi të tepërt, përkundër ftohtësisë.

Njeriu duhet të kryejë marrëdhënie atëherë kur i është ndezur dëshira, pasi ky është çasti që trupi është gati për seks, dhe jo thjesht kur e çon nëpër mendje. Dëshira seksuale nuk duhet të stimulohet, nëse nuk vjen natyrshëm, dhe marrëdhëniet nuk duhet të kryhen duke ia imponuar këtë gjë vetes.

Po ashtu, burri duhet të shmangë marrëdhëniet seksuale me gratë e moshuara, me vajzat tepër të reja, që janë të papjekura seksualisht ose që nuk kanë epsh, me të sëmurat, me ato që nuk janë të hijshme apo që janë të neveritshme. Në të tilla raste, marrëdhëniet dobësojnë fuqinë dhe instiktin seksual.

Disa doktorë gabojnë kur thonë se seksi me një grua jo të virgjër është më i mirë për shëndetin sesa ai me një virgjëreshë. Ky qëndrim nuk përputhet me atë që kanë pohuar mendjet më të ndritura dhe shkon kundra natyrës së njeriut në përgjithësi. Kur dikush martohet me një virgjëreshë, zemra e tij i kushtohet tërësisht kësaj gruaje e mbushet plot me dashurinë e saj. Ky burrë nuk e ndan kurrë dashurinë që ruan për të me ndonjë grua tjetër (nëse martohet më pas). Kjo shpjegon arsyen përse Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha Xhabirit: “Pse nuk more një vajzë të virgjër…?”

Po ashtu, gratë e Xhenetit, hyritë, të cilat janë për besimtarët, nuk janë të prekura nga askush më parë, dhe kjo cilësi i bën ato më të dashura e më joshëse.

Aishja (r.a.), njëherë, i tha Pejgamberit (s.a.u.s.): “Nëse do të kaloje pranë një peme në të cilën kanë kullotur kafshët, dhe pranë një tjetre që do të ishte e paprekur, te cila do ta lëshoje devenë tënde të

kulloste?" Ai tha: "Tek ajo që do të ishte ende e paprekur."[1] Me këtë, Aishja nënkuptonte se ajo ishte virgjëresha e vetme me të cilën ishte martuar Pejgamberi (s.a.u.s.).

Marrëdhëniet seksuale me gruan që e dashuron nuk e dobësojnë trupin, dhe sperma që del në këtë rast ka më tepër efikasitet. Ndërsa marrëdhëniet me një grua që burri nuk e dashuron ia mpakin fuqinë dhe nuk ia nxjerrin sasinë e mjaftueshme të spermës së grumbulluar në trup.

Me gruan që ndodhet në të përmuajshmet e saj nuk lejohet kryerja e marrëdhënieve seksuale, si nga ana fetare, ashtu edhe për nga vetë natyra, pasi janë tepër të dëmshme, e pohuar kjo nga të gjithë doktorët.

***

Pozicioni më i mirë gjatë aktit seksual është ai kur burri rri sipër gruas, por pasi e ka puthur e ledhatuar. Kjo shpjegon përse gruaja quhet ndonjëherë (në arabisht) *firash* (shtroje). Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë njëherë: "Djali i përket *firash*-es (gruas)."

Gjithashtu, ky lloj pozicioni shpreh faktin se burri është përgjegjës për gruan, siç thotë Allahu: "Burrat janë mbrojtës dhe përgjegjës për gratë." [Nisa, 33] Ose: "Ato (gratë) janë mbulesë për ju, e ju (burrat) jeni mbulesë për ato." [Bekare, 187] Pozicioni i parapëlqyer që ne përmendëm është nxjerrë pikërisht nga përshkrimi mjaft i bukur që ajeti i bën burrit dhe gruas, duke i quajtur ata 'mbulesë' për njëri-tjetrin.

Pozicioni më i keq në marrëdhënie është ai kur gruaja qëndron sipër burrit, sepse bie në kundërshtim me mënyrën se si Allahu i ka krijuar burrat dhe gratë, meshkujt dhe femrat. Në këtë pozicion, burri nuk arrin ta nxjerrë të gjithë spermën që i është mbledhur, e kështu ajo që mbetet në trup prishet dhe rrezikon shëndetin. Përveç kësaj, në këtë mënyrë qëndrimi, bëhet e mundshme që lëngje të dëmshme të rrjedhin nga organi i femrës dhe të prekin

[1] Buhariu, 9, 104.

penisin. Mitra, gjithashtu, e ka të pamundur ta mbajë spermën në këtë pozicion, e kjo e vështirëson më tepër ngjizjen e embrionit. Po ashtu, gruaja është dhe duhet të jetë ana 'marrëse', por në këtë pozicion, gjatë aktit seksual, ajo kthehet në 'dhënëse', në kundërshtim me natyrshmërinë e gjërave.

Përcillet ndër njerëz se ithtarët e Librit i kryenin marrëdhëniet duke qëndruar të shtrirë anash, pasi kjo mënyrë, - sipas tyre - ishte më e rehatshme për gruan.

Ndërsa kurejshët dhe ensarët, asokohe, kryenin marrëdhënie seksuale me gratë e tyre nga prapa (por në vaginë), dhe për këtë ata u përfolën nga judejtë. Por Allahu i Madhëruar shpalli ajetin: "Gratë tuaja janë 'ara' për ju, prandaj shkoni në 'arat' tuaja kur e si të dëshironi…" [Bekare, 223]

Në dy *Sahih*-ët shënohet ky rrëfim i Xhabirit: "Çifutët thoshin se nëse një burrë bën marrëdhënie me gruan e vet nga prapa, në organin gjenital të saj, fëmija i ngjizur do të lindte syvëngër. Atëherë, Allahu i Lartësuar shpalli: "Gratë tuaja janë 'ara' për ju, prandaj shkoni në 'arat' tuaja kur e si të dëshironi…"."

Sipas një varianti tjetër të këtij hadithi, të gjendur te Muslimi, Pejgamberi (s.a.u.s.) e komentoi kështu ajetin: "Nëse doni, mund ta bëni nga para, e nëse doni, mund ta bëni nga prapa, por veç në të njëjtën kllapë (d.m.th., në vaginë)."

Marrëdhëniet anale me gruan nuk janë lejuar nga asnjë profet, dhe është gabim tejet i rëndë që disa njerëz tregojnë se paska patur selefë që e kanë lejuar burrin të kryejë seks anal me gruan e tij.
Ebu Daudi shënon në *Sunen*-in e tij rrëfimin e Ebu Hurejrës, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Mallkuar qoftë ai person që kryen marrëdhënie me gruan në vrimën e saj anale."

Ahmedi dhe Ibn Maxhe shënojnë se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë që: "Allahu nuk e shikon atë person që kryen marrëdhënie me gruan në vrimën e saj anale."

Tirmidhiu dhe Ahmedi sjellin një variant tjetër të këtij hadithi: "Kushdo që kryen marrëdhënie seksuale me gruan kur ajo është me menstruacione ose në vrimën e saj anale, e kushdo që shkon te një falltar dhe e beson atë çka thotë ai, e ka mohuar atë që Allahu i ka shpallur Muhamedit."

Sipas një hadithi të shënuar nga Bejhakiu, Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Kushdo që kryen marrëdhënie seksuale me një burrë ose grua në vrimën anale, ky ka bërë kufër."
Po ashtu, Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Allahu nuk ka turp të thotë të vërtetën: Mos bëni seks me gratë në vrimën e tyre anale!"
Tirmidhiu sjell hadithin tjetër, që e përcjell Talk ibn Aliu, se i Dërguari i Allahut ka thënë: "Mos kryeni marrëdhënie me gratë në rrugën e tyre anale. Allahu nuk turpërohet nga thënia e së vërtetës."
Ibn Adi, në librin e tij *El Kamil*, shkruan se Abdullah ibn Mesudi tregon që Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Mos kryeni seks me gratë në rrugën e tyre anale!"

Ebu Dherri përcjell nga Pejgamberi (s.a.u.s.) se ka thënë: "Kushdo që kryen marrëdhënie seksuale me një burrë ose grua në vrimën anale, ka bërë kufër."

Ismail ibn Ajashi rrëfen se Xhabiri ka treguar që Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Kini turp nga Allahu, por Allahu nuk ka turp ta thotë të vërtetën: Mos kryeni seks me gratë në rrugën e tyre anale!"
Darekutni e sjell këtë hadith me një varg tjetër transmetuesish dhe me këtë formë: "Allahu nuk ka turp ta thotë të vërtetën: seksi anal me gratë nuk lejohet!"

El Begaviu tregon, se njëherë, Katadeja u pyet për personin që kryen marrëdhënie me gruan në vrimën e saj anale, dhe Katadeja iu përgjigj duke i përcjellë këtë thënie të Pejgamberit (s.a.u.s.): "Ky është homoseksualitet i vogël."

Imam Ahmedi tregon se Ibn Abasi, për ajetin: "Gratë tuaja janë mbulesë për ju…", ka thënë: "Ajeti u shpall për shkak të disa njerëzve nga ensarët. Ata erdhën te Pejgamberi (s.a.u.s.) dhe e pyetën, ndërsa ai u përgjigj: "Kryeni marrëdhënie me gratë tuaja si të dëshironi, por shmangni seksin anal."

Në vazhdim, në *Musned*-in e imam Ahmedit shënohet se Ibn Abasi tregon që Omer ibn Hatabi shkoi te Pejgamberi (s.a.u.s.) e i tha: "O i Dërguari i Allahut, u shkatërrova!" - "Përse u shkatërrove?" - e pyeti Pejgamberi (s.a.u.s.). Ai tha: "Mbrëmë, unë e bëra me gruan nga pas." Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk u përgjigj. Shumë shpejt, Allahu i Madhëruar shpalli ajetin: "Gratë tuaja janë 'ara' për ju, prandaj shkoni në 'arat' tuaja kur e si të dëshironi…" - Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha: "Bëjeni si të dëshironi, nga para ose nga prapa, por largohuni nga menstruacionet dhe nga vrima anale."[1]
Tirmidhiu sjell rrëfimin e Ibn Abasit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Allahu nuk e shikon atë burrë që kryen seks anal me një mashkull tjetër ose me një grua."[2]

Ukbeh ibn Amiri tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Mallkuar qoftë çdokush që kryen marrëdhënie me gratë në rrugët e tyre anale!"

Në *Musned*-in e tij, Harith ibn Ebu Osama tregon që Ebu Hurejra dhe Ibn Abasi kanë thënë që: "I Dërguari i Allahut na mbajti një ligjëratë pak para se të ndërronte jetë, dhe kjo qe ligjërata e fundit e Pejgamberit (s.a.u.s.) në Medinë, derisa ai shkoi tek Allahu. Ai tha: "Kushdo që kryen marrëdhënie me një grua në anusin e saj, ose me një burrë tjetër, apo edhe me një fëmijë mashkull, do të vijë Ditën e Gjykimit duke kundërmuar një erë, që do të jetë më e rëndë sesa ajo e një kufome të kalbur. Njerëzit do të bezdisen prej erës së tij, derisa ai të hidhet në zjarrin e Xhehenemit. Allahu do t'ia shkatërrojë sevapet dhe nuk do të pranojë prej tij as namaz e as

---

[1] Ahmedi, nr. 268, dhe Tirmidhiu, me numër 2984, me *sened hasen*.
[2] Tirmidhiu, me numër 1165, me *sened hasen*. Ibn Hibani e ka gjykuar hadithin si *sahih*.

agjërim. Ai, gjithashtu, do të futet në një qivur prej zjarri, dhe ky qivur do t'i mbërthehet me gozhdë prej zjarri."
Ebu Hurejra ka bërë një shtesë, duke komentuar: "Kjo vlen për cilindo që nuk pendohet për këtë vepër."

Shafiu ka thënë se i ka treguar xhaxhai i tij Muhamed ibn Ali ibn Shafiu, se i ka thënë Abdullah ibn Ali ibn Saibi prej Amër ibn Uhajhate ibn El Xhalahit, e ky nga Huzejme ibn Thabiti, i cili tregon se: "Njëherë, një burrë shkoi te Pejgamberi (s.a.u.s.) dhe e pyeti për kryerjen e marrëdhënieve seksuale nga pas me gratë. Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha që kjo lejohej. Pasi burri u largua, Pejgamberi (s.a.u.s.) e thirri sërish dhe i tha: "Si qe pyetja jote? Nëse pyete për marrëdhëniet nga prapa, por në vaginë, kjo është e lejueshme. Por nëse pyete për marrëdhëniet nga prapa, në anus, atëherë kjo është e ndaluar. Allahu nuk ka turp ta thotë të vërtetën. Mos bëni marrëdhënie me gratë në anus!"[1]
Allahu i Madhëruar thotë: "…atëherë, afrohuni tek ato ashtu si Allahu ju ka urdhëruar…" [Bekare, 222]

Në lidhje me këtë ajet, Muxhahidi tregon: "E pyeta Ibn Abasin për kuptimin e thënies së Allahut: "…atëherë, afrohuni tek ato ashtu si Allahu ju ka urdhëruar…", dhe ai më tha: "Kryeni marrëdhënie me to në të njëjtin vend (d.m.th., në vaginë) që nuk lejohet kur ato janë me menstruacione."Ali ibn Ebu Talhai komenton: "Fjala është për marrëdhëniet në vaginë."
Ajeti e tregon me dy mënyra faktin që nuk lejohet të kryesh marrëdhënie në anus:
Së pari, Allahu e ka lejuar seksin vetëm në vendin ku krijohet foshnja, pra jo në anus. Vendi i foshnjës nënkuptohet në thënien e Allahut: "…afrohuni tek ato ashtu si Allahu ju ka urdhëruar."
Në ajet përfshihen edhe marrëdhëniet me gruan nga prapa, në vaginë, sepse Allahu thotë: "…prandaj shkoni në 'arat' tuaja kur e si të dëshironi…", që nënkupton se pozicioni mund të jetë sipas dëshirës, nga para ose nga prapa, por - siç e ka shpjeguar Ibn Abasi - vetëm në vaginë.

[1] Ky është një hadith autentik.

Së dyti, Allahu e ka ndaluar seksin vaginal me gruan kur ajo është në një gjendje të përkohshme sëmundjeje (menstruacionet). Atëherë, çfarë mund të thuhet për seksin anal, në vendin që është gjithmonë me 'sëmundje' (pisllëk), gjë e cila dëmton edhe vetë riprodhimin?

Përveç kësaj, seksi anal me gruan është për burrin një rrugë e sigurt drejt marrëdhënieve seksuale me djem të rinj (pedofilisë). Gjithashtu, gruaja ka të drejtën e saj që të ketë me burrin marrëdhënie seksuale të natyrshme, dhe seksi anal nuk ia përmbush këtë të drejtë e as kënaqësinë e saj. Vrima anale nuk është krijuar për këtë akt dhe nuk është e përshtatshme për të, ndryshe nga vagina. Ata që largohen nga marrëdhëniet vaginale dhe kryejnë seks në anus kanë devijuar nga urtësia dhe urdhrat e Allahut të Madhëruar.

Seksi anal është mjaft i dëmshëm për burrin, dhe kjo është arsyeja pse doktorët e mençur këshillojnë kundra tij. Vagina ka një karakteristikë të veçantë për nxjerrjen e spermës dhe për çlirimin e mashkullit prej saj. Kanali i anusit, nga ana tjetër, nuk ndihmon në nxjerrjen e të gjithë spermës, sepse nuk është natyrë e tij. Seksi anal është i dëmshëm për burrin edhe ngaqë ai kërkon lëvizje të mundimshme, duke qenë kundra natyrës së tij. Anusi, gjithashtu, është vendi i pisllëkut dhe i papastërtisë, kurse burri e fërkon dhe nduk atë (gjatë seksit anal)! Marrëdhëniet në anus janë të dëmshme edhe për vetë gruan, sepse ato janë të panatyrshme, jonormale dhe të papërshtatshme për atë që ajo është krijuar.

Përveç këtyre, seksi anal shkakton ankth dhe depresion, si edhe ngjall ndjenja neverie dhe distancimi ndërmjet të dyja palëve që e kryejnë atë. Ai ta nxin faqen, ta ngushton gjoksin, ta largon dritën nga zemra dhe i jep fytyrës një ngrysje e errësim, që do të bëhet shenjë dalluese e atyre që e kanë bërë atë. Seksi anal është burim i urrejtjes (mes pjesëmarrësve në akt) dhe shumë shpejt çon në ndarjen e çiftit nga njëri-tjetri. Të tilla marrëdhënie e ndotin natyrën e të dy pjesëmarrësve përkohësisht, derisa ata të pendohen sinqerisht para Allahut.

Seksi anal e fshin çdo të mirë dhe i zëvendëson ato me të kundërtat e tyre. Ai largon dashurinë dhe ngrohtësinë mes çiftit, të cilët shumë shpejt do ta mallkojnë dhe urrejnë njëri-tjetrin.

Marrëdhëniet në anus janë një ndër shkaqet kryesore të asgjësimit të begatisë dhe të ardhjes së ndëshkimit dhe shkatërrimit. Ato tërheqin mbi vete mallkimin dhe urrejtjen prej Allahut, pasi Ai do t'i injorojë ata që kryejnë këtë akt, duke mos ua hedhur vështrimin fare. E çfarë të mire mund të arrijnë më pas të tillë njerëz, e çfarë të keqeje mund t'i ruhen?! Çfarë jetese mund të bëjnë ata duke patur mbi krye mallkimin e Allahut, urrejtjen e Tij apo injorimin dhe mosinteresimin e Tij për ta?!

Seksi anal largon turpin, i cili është jeta e zemrës. Kur zemra humb turpin, ajo pëlqen të neveritshmen dhe neverit të pëlqyeshmen. Kësisoj, zemra konsiderohet se është gremisur dhe shkatërruar krejtësisht!

Marrëdhëniet në anus devijojnë natyrën njerëzore nga mënyra se si e ka krijuar Allahu, duke e ulur atë në nivelin kafshëror, madje edhe më poshtë se aq. Kur tjetërsohet natyra, edhe zemra, vepra apo udhëzimi shpërfytyrohen. Si pasojë, njeriu nis e pëlqen veprat dhe gjërat e fëlliqura, duke u vërtitur kështu në një çorientim krejtësor, për sa i përket gjendjes, veprave dhe fjalëve të tij. Më shumë se çdo veprim tjetër, seksi anal e shtyn njeriun drejt moralit të ulët dhe i jep guxim të kryejë vepra të ndaluara. Ai sjell poshtërim, degjenerim dhe zvetënim të individit më tepër se çdo akt tjetër.

Në përfundim, seksi anal është shkaktar që njerëzit ta neverisin e urrejnë atë person që e kryen këtë veprim, siç ndodh me sëmundjet e fëlliqura, kur ato janë të dukshme.

Paqja dhe bekimet e Allahut qofshin mbi atë njeri, udhëzimi i të cilit u fal ndjekësve të tij lumturi në këtë botë dhe në botën tjetër!

Ndërsa kush devijon nga rruga e tij dhe nga Shpallja që ai solli, ka për të vuajtur si pasojë dështimin dhe shkatërrimin në të dyja jetët!

Dy llojet e dëmshme të marrëdhënieve seksuale

Marrëdhëniet e dëmshme seksuale janë dy llojesh: një lloj janë ato që feja i ka shpallur si të tilla, dhe lloji tjetër janë ato që bien në kundërshtim me natyrën.

Marrëdhëniet seksuale të ndaluara nga feja janë në nivele të ndryshme: disa janë më të dëmshme se të tjerat. Kështu, marrëdhëniet e ndaluara përkohësisht janë më pak të rrezikshme se ato të ndaluara tërësisht. Për shembull, seksi është i ndaluar gjatë agjërimit, *ihram*-it, *itikaf*-it, menstruacioneve e të tjera. Nuk ka ndëshkim (penal) të përcaktuar për shkeljen e këtij lloji të kufizuar. Ndërsa lloji i dytë, i cili është i ndaluar tërësisht, ndahet në dy kategori:

- I ndaluar përjetësisht, siç është veprimtaria seksuale me atë që nuk lejohet asnjëherë të martohesh, e që, nëse kryhet, përbën krimin më të ulët në marrëdhëniet seksuale. Kësaj kategorie i duhet dhënë ndëshkimi kapital, sipas disa dijetarëve, ndër të cilët edhe Ahmed ibn Hanbeli. Ekziston edhe një hadith autentik që e mbështet këtë rregull.
- Kategoria e dytë është e ndaluar tërësisht, por jo përjetësisht, siç janë marrëdhëniet seksuale jashtëmartesore me një person, me të cilin/cilën është e ligjshme të martohesh. Në këtë rast shkelen dy të drejta: e drejta e Allahut dhe e drejta e bashkëshortit (kur shkelja kryhet nga gruaja). Nëse gruaja është përdhunuar, atëherë janë shkelur tri të drejta (e Allahut, e bashkëshortit dhe e vetë gruas). Nëse kjo grua ka të afërm e farefis, ata do t'i çnderojë ky përdhunim, prandaj kështu është shkelur edhe një e drejtë e katërt. E keqja e kësaj vepre varet nga shkalla e të drejtave që ajo dhunon.

Është një lloj veprimtarie seksuale që, ndonëse e ligjshëm, është përsëri e dëmshme për shëndetin. Për shembull, marrëdhëniet seksuale të tepruara të bjerrin fuqitë dhe të dobësojnë nervat. Ato mund të shkaktojnë edhe dridhje të forta, paraliza faciale apo

spazma. Ato dobësojnë shikimin dhe veprimtaritë e tjera të trupit, ulin nxehtësinë instiktive, zmadhojnë enët dhe kanalet e ndryshme të organizmit, duke i bërë ato grumbulluese të mundshme të substancave të dëmshme.

Koha më e mirë për të kryer marrëdhënie seksuale është atëherë pasi ushqimi të jetë tretur në stomak, por jo kur stomaku është bosh, sepse kështu dobësohet nxehtësia instiktive. Nuk duhet bërë seks kur stomaku është plot, sepse kjo mënyrë mund të krijojë bllokime në trup. Marrëdhënie nuk duhen bërë as kur je tepër i lodhur, as pasi ke bërë banjë, pasi ke vjellë apo kur je nervoz, i trishtuar, i stresuar, i brengosur ose edhe në ekstazë lumturie.
Çasti më i volitshëm për seks është pasi ka rënë nata, sidomos kur ushqimi është tretur. Pas marrëdhënieve, njeriu duhet të bëjë një banjë të trupit ose të marrë abdes dhe të flejë gjumë, në mënyrë që të përtërijë fuqitë. Nuk është e këshillueshme që të kryesh veprimtari fizike pas marrëdhënieve seksuale, sepse ka tepër pasoja të dëmshme.

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) për trajtimin e pasionit

Pasioni është një sëmundje që godet zemrën, por ajo është mjaft e ndryshme nga sëmundjet e tjera, për sa u përket simptomave, shkaktarëve dhe trajtimit të saj. Kur kjo sëmundje arrin në pikën kulmore të saj, atëherë ajo bëhet e pashërueshme për doktorët dhe me pasoja të padurueshme për të sëmurin.
Allahu i Madhëruar e ka përmendur këtë gjendje në dy kontekste: në afshin për gratë dhe në atë për djelmosha të padirsur. Për shembull, për rastin e parë, Allahu përmend ngjarjen e gruas së El Azizit (Sundimtarit të Egjiptit) me profetin Jusuf (a.s.). Ndërsa për rastin e dytë, Ai tregon ndodhinë me popullin e Lutit (a.s.). Ja çfarë thotë Allahu për ata, kur engjëjt shkuan për vizitë te profeti Lut (a.s.): "…Banorët e qytetit erdhën tek ai gjithë gëzim. Luti u tha: 'Këta janë mysafirët e mi, prandaj mos më turpëroni! Kijeni frikë

Allahun e mos më poshtëroni!' Ata thanë: 'A nuk ta kemi ndaluar ne që të presësh mysafirë?' Ai tha: 'Ja vajzat e mia! Nëse doni të bëni çka synoni (martohuni me to)'. Betohem për jetën tënde (o Muhamed), se ata ishin vërtet të përhumbur në dehjen e tyre!" [Hixhr, 67-72]

Ekziston një pretendim i gabuar që e ka zanafillën tek ata që nuk tregojnë respektin dhe vlerësimin e duhur për të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.), se Pejgamberi (s.a.u.s.), kur e pa njëherë Zejnebe bintu Xhahshin, tha: "I Lartësuar qoftë Ai, i Cili i ndryshon zemrat ashtu si dëshiron Ai!" Kështu, ata mëtojnë se Pejgamberi (s.a.u.s.) u prek nga pasioni, nga kjo sëmundje e zemrës, pasi ai e pëlqeu shumë atë. Megjithatë, - sipas tyre - Pejgamberi (s.a.u.s.) e urdhëroi Zejdin që të vazhdonte ta mbante atë (Zejneben), duke mos e divorcuar, derisa Allahu i Madhëruar shpalli: "Ti (o Muhamed) i the atij, që Allahu dhe ti vetë i keni bërë mirësi (d.m.th., Zejdit): "Mbaje gruan tënde dhe frikësoju Allahut!" Në të vërtetë, ti po fsheh në vetvete atë që Allahu do ta nxjerrë në shesh dhe ti po u frikësohesh njerëzve, kur më e drejtë është t'i frikësohesh Allahut…" [Ahzab, 37]

Ata që flasin këto të pavërtëta thonë gjithashtu se ajeti i mësipërm i referohet pasionit. Si rrjedhojë, disa prej tyre kanë hartuar libra për pasionin, në të cilët përmendin disa profetë që - sipas tyre - janë prekur nga kjo sëmundje, përfshirë edhe pejgamberin Muhamed (s.a.u.s.). Kjo, në fakt, është një pjellë e injorancës së tyre ndaj Kuranit dhe pejgamberëve, si edhe një keqkuptim që tjetërson domethëniet e vërteta të fjalëve të Allahut. Të tilla mëtime akuzojnë Pejgamberin (s.a.u.s.) për gjëra që ai është i pafajshëm.

Zejd ibn Harithe, të cilin Pejgamberi (s.a.u.s.) e kishte birësuar para Islamit, aq sa thirrej edhe 'Zejdi djali i Muhamedit', u martua me Zejnebe bintu Xhahshin. Zejnebja nuk tregohej modeste para burrit të saj, prandaj Zejdi e pyeti Pejgamberin (s.a.u.s.) në mund ta divorconte bashkëshorten. I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) i tha: "Mbaje gruan dhe frikësoju Allahut!"

Pejgamberi (s.a.u.s.) mendoi se po ta ndante Zejdi bashkëshorten, të martohej vetë me Zejneben. Por Pejgamberi (s.a.u.s.) e mbajti të fshehur në zemër këtë mendim, pasi i druhej se çfarë mund të thoshin njerëzit kur të merrnin vesh se ai po martohej me ish-gruan e djalit të tij të birësuar. Kjo qe arsyeja përse Allahu shprehu përkrahjen e Tij për mendimin e Pejgamberit (s.a.u.s.), dhe përse Ai e urdhëroi që të mos u druhej fjalëve të njerëzve për të bërë diçka që Allahu ia kishte lejuar atij. Allahu i kujton se është Ai ndaj të Cilit Pejgamberi (s.a.u.s.) duhej të frikësohej, kështu që nuk duhej të ngurronte të ndërmerrte atë veprim që Allahu ia kishte lejuar, duke u druajtur nga ajo çfarë mund të thoshin njerëzit.

Përveç kësaj, Allahu e njoftoi Pejgamberin (s.a.u.s.) se Ai ia kishte dhënë Zejneben për grua, pasi Zejdi e kishte divorcuar atë dhe, në këtë mënyrë, Pejgamberi (s.a.u.s.) po bëhej shembull për umetin e tij, i cili po mësonte kështu se është e lejuar martesa me ish-gruan e djalit të birësuar.

Allahu i Madhëruar thotë: "Ju ndalohet martesa me gratë e bijve tuaj natyralë, që kanë dalë prej shpinës (farës) suaj…" [Nisa, 23] Po në këtë sure (ajeti 40), Allahu thotë: "Muhamedi nuk është biri i ndonjë prej burrave tuaj…" Ndërsa në fillim të sures Ahzab (ajeti 4), thotë: "Allahu nuk i ka dhënë asnjë njeriu dy zemra në kraharor. Ai nuk i konsideron gratë, që ju i ndani si nënat tuaja e as fëmijët tuaj të birësuar nuk i konsideron si bij të vërtetë. Këto janë vetëm fjalë që dalin prej gojës suaj, kurse Allahu thotë të vërtetën dhe udhëzon në rrugë të drejtë." Shihni pra, se si e ka mbrojtur Allahu të Dërguarin e Tij, duke mohuar akuzat e rreme të lëshuara kundra atij. Suksesi është në dorë të Allahut!

Megjithatë, duhet thënë se Pejgamberi (s.a.u.s.) i donte gratë e tij, në mënyrë të veçantë Aishen, e cila qe më e shtrenjta për të. Sido që të ishte, dashuria e tij për ato nuk e arrinte nivelin e dashurisë kulmore, të cilën ai e ruante për Zotin e vet. Pejgamberi (s.a.u.s.), njëherë, ka thënë: "Nëse do të kisha një mik të ngushtë nga njerëzit e kësaj bote, ai do të ishte Ebu Bekri." Në një hadith tjetër, ai ka

shtuar: “Por shoku juaj [d.mth., vetë ai, Muhamedi (s.a.u.s.)] është miku i ngushtë i Mëshiruesit.”[1]

***

Pasioni për imazhet kaplon vetëm zemrat e zbrazëta, ato zemra që janë të privuara nga dashuria për Allahun, që e shpërfillin Atë dhe duan dikë tjetër. Nëse zemra është e mbushur plot me dashurinë për Allahun dhe padurimin për të takuar Atë, kjo ndjenjë e asgjëson sëmundjen e dashurisë dhe të pasionit për imazhet.

Allahu thotë për profetin Jusuf: “Kështu e larguam nga e keqja dhe vepra e shëmtuar (marrëdhëniet seksuale të jashtëligjshme), sepse ai, në të vërtetë, ishte nga robërit Tanë të sinqertë.” [Jusuf, 24] Ky ajet tregon se sinqeriteti është një shkak dhe një ilaç që shëron pasionin, i cili mund të të shtyjë drejt gjynahut dhe kurvërisë, e cila është shfaqja kulmore e pasionit. Nëse luftohen dhe zhduken shkaqet e kësaj sëmundjeje, do të zhduken edhe pasojat e saj.

Disa nga njerëzit tanë e kanë përshkruar pasionin si një gjendje të zemrës që është e zbrazët nga gjithçka, përveç asaj gjëje për të cilën ajo ka pasion. Allahu thotë: “Ndërkohë, zemra e nënës së Musait u zbraz nga gjithçka. Ajo për pak sa nuk e zbuloi çështjen e tij…” [Kasas, 10] Ajeti tregon se zemra e nënës së Musait u zbraz nga çdo merak tjetër, përveç atij për Musain, për shkak të dashurisë së madhe që ajo kishte për të.

Pasioni ka dy aspekte: tërheqjen ndaj një objekti të caktuar dhe dëshirën për ta zotëruar dhe prekur atë objekt. Nëse nuk ekziston njëri nga këta dy aspekte, atëherë nuk ekziston as pasioni.

Sëmundja e pasionit ka turbulluar shumë njerëz të mençur, dhe disa prej tyre kanë lëshuar disa deklarata në lidhje me të, të cilat nuk duhet të merren seriozisht.

---

[1] Muslimi, 2383, në *Vlerat e sahabëve*; Tirmidhiu në 3656.

Ne themi, se për sa i përket krijimit, urtësia e Allahut ka përcaktuar që mes njerëzve e gjërave të ketë ngjashmëri dhe që njerëzit e gjërat, në përgjithësi, të priren drejt të ngjashmëve të tyre dhe të largohen prej të ndryshmëve me ta. Sekreti i harmonisë në botë qëndron te ngjashmëria mes krijesave të larmishme. Krijesat tërhiqen drejt objekteve të tyre të ngjashme, teksa ndaj gjërave jo të ngjashme nuk shfaqin ndonjë interes. Allahu thotë: "Është Ai (Allahu) që ju krijoi ju nga një person i vetëm (Ademi), dhe që prej këtij (personi) krijoi gruan e tij (Havanë), me qëllim që të mund ta shijonte jetesën bashkë me të." [Araf, 189] Ky është shkaku përse Allahu e ka bërë burrin të ndihet gjithmonë i tërhequr dhe i dashuruar pas gruas. Ajo, në thelb, është e ngjashme me të.

Arsyeja e tërheqjes (mes burrave dhe grave) nuk është vetëm bukuria e pamjes së jashtme, por ngjashmëria në sjellje, në prirje dhe shprehi, të cilat, të gjitha së bashku ndezin zjarrin e pasionit.

Në *Sahih* shënohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Shpirtrat janë si ushtarët e rekrutuar. Ata të cilët e njohin njëri-tjetrin bëhen miq të ngushtë, ndërsa ata që nuk njihen bëhen të largët për njëri-tjetrin." Imam Ahmedi, në *Musned*-in e tij, sjell ngjarjen që shpjegon këtë hadith: "Ishte një grua në Mekë, e cila i bënte shpesh njerëzit për të qeshur (ishte tip gaztore) dhe e cila, kur shkoi në Medinë, gjeti strehim pikërisht te një grua që edhe ajo i bënte njerëzit për të qeshur në Medinë. Për këtë, Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Shpirtrat janë si ushtarët e rekrutuar…"

Në të njëjtën mënyrë, feja e Allahut ka rregulla të njëjta për çështje të ngjashme; ajo nuk i dallon çështjet e ngjashme e as nuk i njëjëson çështjet që janë të ndryshme. Ata që nuk mendojnë kështu e kanë gabim, dhe kjo vjen prej njohjes së pakët të fesë që kanë ata ose të mospërpjekjeve të tyre për të mësuar rreth subjektit të të ngjashmeve dhe jo të ngjashmeve. Shkak tjetër i gabimit mund të jetë edhe diçka që i mvishet fesë, që, në fakt, nuk i përket asaj, pa patur autoritetin e duhur që mund ta justifikojë këtë.

Me urtësinë dhe drejtësinë e Allahut, krijimi dhe urdhrat e Tij janë ndërtuar duke njëjësuar gjërat e ngjashme dhe duke dalluar mes gjërave jo të ngjashme.

Ky parim vlen për këtë botë, por edhe për Ditën e Ringjalljes, për të cilën Allahu thotë: "(Do t'u thuhet engjëjve): 'Bashkojini ata që kanë bërë vepra të këqija me shoqërinë e tyre (të shejtanëve) dhe me çfarë ata kanë adhuruar në vend të Allahut, dhe tregojuni atyre rrugën drejt flakëve të Zjarrit'." [Safat, 22-23] Allahu gjithashtu thotë: "Dhe kur shpirtrat të bashkohen me partnerët e tyre (të mirët me të mirët e të këqijtë me të këqijtë)." [Tekuir, 7] Kjo tregon se çdo person do të jetë i lidhur me të ngjashmin e vet. Ata që e kanë dashur njëri-tjetrin për hir të Allahut do të jenë së bashku në Xhenet, ndërsa ata që e kanë dashur njëri-tjetrin për hir të Shejtanit do të jenë së bashku në Xhehenem. Çdokush do të jetë me të ngjashmin e vet, do apo nuk do. El Hakimi sjell rrëfimin se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Nëse dikush do një popull, ai do të jetë bashkë me ta (Ditën e Ringjalljes)."

Ka disa lloje të dashurisë:

- Më e mira dhe më fisnikja ndër to është dashuria për hir të Allahut, e cila kërkon të duash atë që do Allahu, si edhe të të duash vetë Allahun dhe të Dërguarin e Tij.

- Një lloj tjetër i dashurisë mes palëve vjen kur ata kanë të njëjtë e të përbashkët fenë apo mënyrën e jetesës, traditën apo lidhjet fisnore, qëllimet apo edhe profesionet.

- Dashuri me natyrë tjetër është ajo që lind kur dikush synon të arrijë diçka që e zotëron objekti i dashurisë së tij, e kjo mund të jetë pozitë, pasuri, dituri ose diçka tjetër. Kjo është dashuri materialiste, e cila zhduket menjëherë pasi të përmbushet qëllimi i saj. Në fakt, ai që të do për hir të diçkaje materiale që ti e ke, do ta humbë këtë dashuri për ty sapo të arrijë atë që ai dëshiron.

Dashuria që vjen si pasojë e ngjashmërive mes palëve nuk humbet asnjëherë, veç po të ketë ndonjë shkak që e bën atë të zhduket. Te ky lloj futet edhe pasioni, sepse ai është dashuri që prek njëherazi shpirtin dhe zemrën. Asnjë sëmundje tjetër që shkakton fiksime, dobësi, shqetësime, madje edhe shkatërrim nuk ka pasoja të tilla më të rënda sesa pasioni.

Dikush mund të pyesë: Meqë shkaku i tërheqjes qenka ai që thoni ju, pra lidhja dhe përshtatshmëria mes shpirtrave, atëherë përse kjo dukuri nuk është gjithmonë reciproke nga të dyja palët? Ndonjëherë, dashuria është e njëanshme, ndonëse ju thoni që shkaku i saj është ngjashmëria dhe përputhja mes shpirtrave.

Përgjigjja është se janë disa faktorë të cilët bëhen pengesë që dashuria të jetë e këmbyeshme nga të dyja palët. Dashuria e njëanshme është pasojë e një prej tri shkaqeve:
Së pari, mangësia në dashuri, e cila është kalimtare dhe jo reale. Në këtë rast, mund të ndodhë që pala e dashuruar mund të ndjejë neveri për palën që e dashuron.
Së dyti, shkaku i dashurisë së njëanshme mund të qëndrojë te vetë personi që dashurohet, si, për shembull: te sjellja, forma, udhëzimi, veprimet, paraqitja e tij e të tjera si këto.
Së treti, mund të jetë ndonjë arsye e veçantë, që e pengon personin që dashurohet të ketë të njëjtat ndjenja për palën tjetër.

Nëse nuk ekziston asnjë prej këtyre shkaqeve, atëherë dashuria është e vërtetë dhe e ndërsjelltë, nga të dyja palët.

Mendjemadhësia, smira, dashuria për pozitën dhe armiqësia e jobesimtarëve ishin arsyet kryesore që këta të fundit nuk i donin të dërguarit e Allahut më shumë sesa veten e tyre, familjen apo fëmijët e tyre. Kur u hoqën këto barriera nga zemrat e ndjekësve të profetëve, atëherë dashuria e tyre për të dërguarit e Allahut u bë më e madhe sesa dashuria që ata kishin për veten, gratë, fëmijët dhe pasurinë e tyre.

Pasioni shërohet me arritjen e objektit të tij, por për të ka edhe ilaçe të tjera

Qëllimi është të themi që përderisa pasioni është një nga llojet e sëmundjeve, ai e ka një ilaç ose disa ilaçe.

Kështu, nëse atij që dashuron i është dhënë një rrugë e ligjshme për të arritur objektin e dashurisë së tij, atëherë ky është ilaçi i tij. Në dy *Sahih*-ët vjen rrëfimi i Ibn Mesudit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "O ju të rinj! Cilido prej jush që ka mundësi të martohet, le të martohet! E ata që nuk e kanë këtë mundësi, le të agjërojnë, se ky do të jetë ilaç për ta!"

Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka drejtuar njerëzimin te mënyrat më të mira se si ata të arrijnë atë që e duan fort: njëra prej tyre është kryesore dhe tjetra është dytësore. Ai i urdhëroi të rinjtë të zgjidhnin mundësinë e parë: martesën, e cila është kura e përsosur për këtë sëmundje. Kësisoj, njerëzit nuk duhet të parapëlqejnë zgjedhje të tjera para asaj që këshilloi Pejgamberi (s.a.u.s.).

Ibn Maxhe tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Ne nuk shohim asnjë zgjidhje tjetër për dy të dashuruar, veç martesës." Ky është kuptimi i ajetit që lejon martesën si me gra të lira, edhe me ato skllave kur është e nevojshme.

Allahu i Madhëruar thotë: "Allahu dëshiron që t'ju lehtësojë, e njeriu u krijua i dobët…" [Nisa, 4] Allahu i Madhëruar flet në këtë ajet për dobësinë e njeriut dhe pohon se ia ka lehtësuar çështjet, duke e lejuar të martohet me sa të dëshirojë: me dy, tri apo edhe katër gra. Allahu i ka lejuar burrit të martohet edhe me skllave, nëse dëshiron, në mënyrë që të kurojë këtë sëmundje, domethënë, pasionin, duke shfaqur kështu përkujdesje ndaj dobësisë natyrale të njeriut dhe si një dëshmi të mëshirës së Tij (Allahut) ndaj robërve.

Po kur nuk ekziston asnjë mënyrë e ligjshme për të arritur objektin e dashurisë?

Nëse nuk ka asnjë rrugë të lejueshme që i dashuruari të arrijë objektin e dashurisë së tij ose kur ai është i paaftë që ta arrijë këtë, apo qoftë të dyja arsyet bashkë, atëherë pasioni bëhet një sëmundje tepër e vështirë. Në këtë rast, i sëmuri e ka të domosdoshme ta kuptojë se për të kjo dashuri është e pamundshme. Është fakt se kur zemra i humb shpresat për diçka, ajo nuk e kërkon më atë.

Nëse sëmundja sërish vazhdon, edhe në këto rrethana të pashpresa, atëherë kemi të bëjmë me tjetërsim të natyrës së personit, kështu që ai duhet t'i drejtohet një tjetër zgjidhjeje, duke u fokusuar tashmë te gjendja e vet mendore. Personi i prekur nga pasioni duhet ta bindë veten që zjarri i tij i zemrës për diçka të paarritshme do të thotë çmenduri, dhe se kjo është njëlloj si të biesh në dashuri me diellin, të cilin mund ta kesh tëndin vetëm nëse e ul poshtë në tokë! Çdokush e kupton që kjo është çmenduri.

Nëse dikush nuk mund ta arrijë objektin e dashurisë së tij për arsye se është feja që ia ndalon, atëherë ai duhet ta bindë veten se realizimi i atij pasioni nuk është i mundshëm, pasi Allahu nuk e ka lejuar që të ndodhë. Ai duhet ta dijë se, për të mirën dhe sigurinë e vetes, duhet patjetër që të heqë dorë nga ai objektiv, duke qenë i bindur se është thuajse e pamundur që ai ta arrijë ndonjëherë atë.

Nëse dikush, zemra e të cilit e urdhëron të bëjë keq, nuk gjen shërim nga këto trajtime, atëherë përsëri le të heqë dorë, duke u frikësuar se ashtu mund të humbë një dashuri tjetër akoma më të madhe, më dobiprurëse dhe që të fal një periudhë më të gjatë kënaqësish e gëzimi. Kësisoj, i sëmuri do ta kuptojë dallimin mes dy dashurive. Njeriu nuk duhet të parapëlqejë gëzimin e një ore, i cili shumë shpejt kthehet në dhimbje, para lumturisë së përhershme, që është e pakrahasueshme. Një gëzim jetëshkurtër ngjan me një ëndërr në diell ose me një fantazi, që shpejt përhumbet e zhduket, por realiteti qëndron aty.

Po ashtu, njeriu duhet ta kuptojë se kjo gjendje mund t'i shkaktojë një humbje të padëshirueshme, që do të jetë më e rëndë për të sesa humbja e objektit të pasionit. Në këtë mënyrë, duke humbur objektin e dashurisë dhe duke patur pasoja të urryera, humbja do t'i shumëfishohet.

Nëse i sëmuri bëhet thellë i ndërgjegjshëm për këto fakte, atëherë humbja e dashurisë do të bëhet më e lehtë për zemrën e tij, ndërsa durimi do të marrë edhe më tepër vlerë. Mendja, feja, nderi dhe natyra njerëzore kërkojnë që i djeguri nga pasioni të jetë i durueshëm ndaj humbjes së dashurisë më të vogël, pasi fryt i kësaj do të jetë gëzimi e lumturia. Ndërsa, nga ana tjetër, injoranca, çasti, padrejtësia dhe papjekuria e urdhërojnë atë të synojë dashurinë më të vogël, me çfarëdolloj çmimi qoftë kjo. Kush mbrohet nga Allahu, është i ruajtur nga ky përfundim.

Nëse përsëri zemra e të përvuajturit nuk e pranon këtë zgjidhje dhe ilaç që i japim ne, atëherë ai të mendojë se çfarë pasojash shkatërruese do t'i shkaktojë përmbushja e epsheve të veta dhe çfarë humbjesh do t'i sjellë ajo. Ai duhet ta kuptojë se përmbushja e kërkesave të epshit është shkaku kryesor i pasojave shkatërruese në këtë botë, pasi ai (epshi) e pengon robin të vërë në punë mendjen, domethënë, kontrolluesen e veprimeve të veta, e cila, në fakt, duhet të përdoret në dobi të tij.

Nëse ajo zemër vijon të mos e pranojë recetën tonë, atëherë le të kujtojë mangësitë dhe cilësitë e papëlqyeshme të objektit të vet të pasionit, në mënyrë që edhe ajo ta urrejë atë. Ndërkohë, duke menduar kështu, ai do ta kuptojë se ato mangësi i tejkalojnë vetitë dhe karakterisikat e mira që e kanë bërë robin ta dashurojë objektin në fjalë. Le të pyesë ai fqinjët e objektit të dashurisë së tij për ato cilësi e veti të këtij të fundit që ai nuk i njeh. Dihet se në atë masë sa të afrojnë cilësitë e mira të atij që dashuron, po aq të largojnë prej tij cilësitë e këqija. Atëherë, njeriu duhet të peshojë të dyja anët e të zgjedhë rrugën më të mirë e më të dashur. Ai nuk duhet të mashtrohet nga ngjyra e një lëkure, që përbrenda është e lebrosur, por të vështrojë thellë në vërtetësinë e gjërave, përtej

bukurisë së tyre të jashtme. Le të shohë përtej formës mahnitëse të zemrës, që nga brenda është djallëzore!

Nëse të gjitha këto mënyra nuk japin rezultat, atëherë nuk ka zgjidhje tjetër përveç lutjes drejtuar Allahut, i Cili u përgjigjet atyre që janë në hall e që i kërkojnë ndihmë Atij. Le të trokasë te porta e Tij e ta lusë Atë për ndihmë, duke shfaqur përulje, thjeshtësi e dobësi.

Ata që janë të udhëzuar drejt fundit të suksesshëm duhet të sillen si fisnikë e ta mbajnë të fshehtë çështjen e tyre, duke mos ua treguar e shfaqur objektin e tyre të dashurisë të tjerëve e të mos e lëndojnë atë, se përndryshe do të kalojnë caqet e do të bëjnë padrejtësi.

***

Askush të mos mashtrohet me hadithin e trilluar, të përcjellë nga Suejd ibn Seidi prej Ali ibn Mus'hirit, ky prej Ebu Jahja El Kattatit, ky prej Muxhahidit dhe ky prej Ibn Abasit (Allahu qoftë i kënaqur me ta!) se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Çdo i sëmurë nga pasioni që lufton me veten, me qëllim që të ruajë nderin e tij, dhe vdes, ai është dëshmor." Ndërsa sipas një transmetimi tjetër, thuhet: "Kush sëmuret nga pasioni, por e ruan nderin duke bërë durim, atij Allahu do t'ia falë gjynahet dhe do ta fusë në Xhenet." Ky hadith nuk është i saktë dhe nuk ka mundësi që të jetë thënie e Pejgamberit (s.a.u.s.). Grada e dëshmorit është mjaft e lartë te Zoti; ajo është pranë me gradën e të vërtetëve. Kjo lloj grade përshkruhet nga aktet dhe gjendjet e saj, të cilat e karakterizojnë mbi të tjerat dhe të cilat janë kushte për arritjen e saj.

Dëshmor, me kuptimin e tij të veçantë, është njeriu që vritet e vdes në rrugën e Allahut. Por ka edhe një lloj tjetër dëshmori, me kuptim më të përgjithshëm. Ai nuk është në nivelin e të parit, por qëndron më poshtë. Ata që arrijnë këtë nivel të dytë janë përmendur në një hadith të saktë nga Pejgamberi (s.a.u.s.), në të cilin nuk përmenden të vdekurit nga pasioni.

E si mund të jetë pasioni një nga gjendjet që mundësojnë këtë gradë kaq të lartë, kur dihet se ai është një lloj shirku në dashuri? Pasionanti i sëmurë ka në zemër vetëm dashurinë për objektin e tij të dashurisë, duke e zbrazur atë nga çdo lloj dashurie tjetër e duke përjashtuar kështu edhe Allahun prej saj. Në këtë mënyrë, është e pamundur që një i tillë të arrijë gradën dhe shpërblimin e dëshmorit.

Pasioni është nga shkatërruesit më të mëdhenj dhe më të fortë të mirësisë së zemrës. Ai është dehësi i shpirtit dhe penguesi i tij nga përkujtimi i Zotit, njëlloj siç është edhe alkooli. Një i dehur nuk e përkujton Allahun dhe nuk e ndien dashurinë për Të. Ai nuk e njeh kënaqësinë dhe lumturinë që përjetohet gjatë lutjes dhe përgjërimit, dhe as qetësinë që sjell afrimi me Allahun e Lartësuar. Adhurimi i zemrës së këtij të mjeri i drejtohet dikujt tjetër veç Allahut, me nënshtrim dhe përkushtim të plotë.

Dashuria e fortë dhe e thellë është thelbi i adhurimit. Adhurimi është grada më e lartë e përunjësisë, dashurisë, nënshtrimit dhe madhërimit. Atëherë, si mund të konsiderohet nënshtrimi i zemrës ndaj dikujt tjetër, veç Allahut, si një mënyrë për t'u arritur grada më e lartë e njësuesve të Zotit dhe adhuruesve të Tij, pra, grada e dëshmorëve?! Edhe sikur *sened*-i i atij hadithi të ishte i qartë si drita e diellit, pa dyshim që do të kishim të bënim me një pakujdesi dhe gabim në transmetim. Nuk është përcjellë prej Pejgamberit (s.a.u.s.) ndonjë hadith ku të përmendet edhe vdekja nga pasioni si një nga ato që mundësojnë gradën e lartë të dëshmorit.

Pasioni mund të jetë i lejuar, por mund të jetë edhe i ndaluar. Atëherë, si të mendojmë që Pejgamberi (s.a.u.s.) mund të jepte një gjykim të tillë gjithëpërfshirës, për të gjitha llojet e pasionit?! Çfarë do të thoshim pastaj për atë që sëmuret nga dashuria e fortë për gruan e tjetrit, apo për marrëdhënie me të mitur apo prostituta? Mos vallë këta arrijnë gradën e dëshmorit, nëse vdesin nga një sëmundje e tillë?! Kjo, pa dyshim, është në kundërshtim të hapur me fenë e Pejgamberit (s.a.u.s.). E si mund të trajtohet pasioni në

një mënyrë tillë (si mundësi për të arritur gradën e dëshmorit), kur dihet që ai është një sëmundje për të cilën Allahu i Lartësuar ka vendosur ilaçe fetare dhe natyrore për t'u kuruar, apo kur dihet që mjekimi i tij është ose detyrë, ose i pëlqyeshëm, sipas rastit?!

Po t'i shohësh me kujdes mënyrat e vdekjes për të cilat Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë se ato të bëjnë dëshmor, ato janë të tilla që nuk kanë ilaç për t'u kuruar. Kështu, për shembull, janë vdekja nga shpimi me thikë, nga mbytja në ujë, nga shtatzënia (për gruan) etj. Këto janë sprova nga i madhi Zot, ku robi nuk mund të bëjë dot gjë. Ato nuk shkaktojnë prishjen e shpirtit dhe nuk provokojnë adhurimin dhe nënshtrimin ndaj diçkaje tjetër veç Allahut, sikurse ndodh në rastin e pasionit.

Nëse as kjo nuk mjafton për të besuar kotësinë e këtij hadithi, atëherë shih mendimin e ekspertëve të fushës për këtë hadith. Askush nuk ka dëshmuar nga imam Ahmedi se ai e ka vlerësuar këtë hadith si të saktë, madje as si të mirë. Dijetarë të tjerë e kanë qortuar shumë përcjellësin e këtij hadithi, madje për këtë rast, ata e kanë gjykuar atë si jo të saktë, sidomos në transmetimet ku ai është i vetëm e nuk e shoqëron njeri tjetër.

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) për ruajtjen e shëndetit nëpërmjet parfumit

Aromat e këndshme ose parfumet janë ushqim për shpirtin, dhe dihet që shpirti është furnizuesi me energji i forcave të tjera të trupit. Parfumi ndihmon trurin, zemrën, organet e brendshme dhe qetëson zemrën e shpirtin. Aromat e këndshme janë substancat dhe ilaçet më të përshtatshme dhe më të parapëlqyeshmet për shpirtin. Ekziston një lidhje e ngushtë mes shpirtit të mirë dhe aromës së mirë. Ja pse parfumet ishin ndër gjërat më të dashura në këtë botë për zemrën e njeriut më të pastër, Pejgamberit (s.a.u.s.).

Buhariu sjell rrëfimin se Pejgamberi (s.a.u.s.) i pranonte gjithnjë parfumet që i dhuroheshin. Ndërsa Muslimi tregon që i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) ka thënë: "Nëse dikujt i japin një *rejhan* (borzilok/mërsinë), nuk duhet ta refuzojë, sepse ai është i lehtë për t'u mbajtur dhe ka aromë të mrë."

Ebu Daudi dhe Nesaiu sjellin hadithin tjetër të Pejgamberit (s.a.u.s.), që thotë: "Cilido që i jepet një parfum nuk duhet ta refuzojë atë, sepse ai është i lehtë për t'u mbajtur dhe ka aromë të mrë."

Në *Musned*-in e Bezzarit është hadithi prej Pejgamberit (s.a.u.s.), që thotë: "Allahu është i Mirë dhe e do aromën e mirë; Ai është i Pastër dhe e do pastërtinë; Ai është Bujar dhe e do bujarinë; Ai është Bamirës dhe e do bamirësinë. Pastrojini pra, hapësirat dhe sheshet tuaja, dhe mos u përngjani judejve, që i grumbullojnë plehrat në shtëpitë e tyre."[1]

Ibn Ebu Shejbah tregon se i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) ka patur një takëm, në të cilin mbante parfum dhe se ai gjithmonë parfumosej me të."

Është transmetuar saktësisht se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Me të vërtetë, është e drejtë e Allahut mbi çdo musliman që ai të lahet në çdo shtatë ditë dhe, nëse ka parfum, të parfumoset me të."[2]

Aromën e mirë e pëlqejnë engjëjt, ndërsa shejtanët e urrejnë, pasi për këta të fundit më e preferuar është era e rëndë, e qelbur. Shpirtrat e mirë pëlqejnë aromat e mira. Çdo shpirt priret drejt asaj (apo atij) që pëlqen dhe meriton atë që pëlqen. Burrat e këqij janë të përshtatshëm për gratë e këqija dhe anasjelltas, ndërsa burrat e mirë janë të përshtatshëm për gratë e mira dhe anasjelltas.

---

[1] Gjendet te Tirmidhiu, me nr. 2800. Në *sened*-in e tij mer pjesë Halid ibn Iljasi, për të cilin Ibn Haxheri ka thënë se është i papranueshëm. Por Taberaniu sjell një hadith tjetër të ngjashëm, me *sened hasen*, që Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Pastrojini shtëpitë tuaja, sepse çifutët nuk i pastrojnë shtëpitë e tyre!"
[2] Buhariu, 2, 302.

Ndonëse ky parim është i vërtetë për burrat dhe gratë në përgjithësi, ai është i vlefshëm për çdo lloj vepre, fjale, ushqimi, pijeje, veshjeje dhe arome.

Udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) për ruajtjen e shëndetit të syrit

Ebu Daudi sjell në *Sunen*-in e tij hadithin prej Abdurrahman ibn Numan ibn Mabed ibn Heudhete El Ensarit, i cili përcjell prej të atit, e ky prej gjyshit të Abdurrahmanit (Allahu qoftë i kënaqur me të!), që thotë se Pejgamberi (s.a.u.s.) urdhëroi për të përdorur *ithmid*-in (antimon) e parfumosur me myshk (*misk*) para gjumit, duke shtuar: "…Por të ruhet agjëruesi!"[1]

Në *Sunen*-in e Ibn Maxhes është transmetimi prej Ibn Abasit (Allahu qoftë i kënaqur me të), se: "Profeti kishte një takëm për *kuhl*-in, me të cilin lyente sytë, nga tri herë secilin."[2]
Ibn Abasi tregon se sa herë që i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) përdorte *kuhl*-in, ai lyente tri herë syrin e djathtë, - duke e nisur me të në fillim dhe duke e mbyllur po me të - dhe dy herë syrin e majtë."

Ebu Daudi sjell hadithin që tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Kush përdor *kuhl*, ta përdorë atë me një numër tek herësh." Numri i përdorimit në tërësi duhet të jetë tek, domethënë: tri herë në njërin sy dhe dy herë te tjetri, ose tri herë në secilin sy, siç thotë imam Ahmedi.
Kuhl-i ruan shëndetin e syrit, forcon dhe qartëson shikimin, heq substancat e dëmshme, ashtu siç i jep edhe një hijeshi të veçantë atij.

Përdorimi i *kuhl*-it para gjumit është mjaft i dobishëm, sepse, pas këtij çasti, sytë nuk do të jenë në lëvizje, prandaj dhe *kuhl*-i bëhet

---

[1] Për këtë hadith, Ebu Daudi tregon se i ka thënë Jahja ibn Meini që: "Ai është i papranueshëm".
[2] Ibn Maxhe, 3499, Tirmidhiu, 1757, por *sened*-i i tij është i dobët, për shkak të Abad ibn Mensurit, që është konstatuar si një transmetues me kujtesë të dobët.

tepër efikas. Më tepër rezultat në këtë drejtim jep *kuhl*-i i llojit *ithmid*.

Ibn Maxhe sjell në *Sunen*-in e tij rrëfimin e Abdullah ibn Omerit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Përdorni *ithmid*-in (antimon), sepse ai pastron syrin dhe zhvillon qerpikët."[1]
Po Ibn Maxhe shënon se Ibn Abasi përcjell që Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "*Kuhl*-i më i mirë për ju është *ithmid*-i, sepse ai mpreh shikimin dhe ndihmon në rritjen e qerpikëve."[2]

Renditja sipas alfabetit (arab)
e disa zërave mjekësorë

[1] Gjendet edhe te Hakimi
[2] Tirmidhiu, Ibn Maxhe, Ibn Hibani, Hakimi, Ebu Naimi.

<u>Germa *Hamzah*</u>

1. **Antimoni** (*Ithmid*)

Antimoni (ose *ithmid*, në arabisht) është guri i zi i *kuhl*-it. Lloji më i mirë i tij gjendet në Asfahan (Iran), por mund ta gjesh edhe në zonat perëndimore. *Ithmid*-i më i mirë është ai që thërrmohet shpejt, me kokrriza të shndritshme dhe i pastër nga brenda.

Kuhl-i, për nga natyra, është i ftohtë dhe i thatë. Ai është i dobishëm për syrin, pasi ndihmon në forcimin e tij dhe të nervit të tij. *Ithmid*-i shkrin mishin e tepërt përqark ulcerave dhe mbyll plagët, ndërsa pastron zonën rreth tyre. Ai qetëson dhembjet e kokës, nëse përzihet me mjaltë të holluar.

Nëse *ithmid*-i bluhet dhe përzihet me dhjamë të butë dhe vendoset si kompresë mbi lëkurën e djegur, ai parandalon krijimin e flluskave. Ai ndihmon gjithashtu për shërimin e plagëve të shkaktuara nga djegiet. *Ithmid*-i është lloji më i mirë i *kuhl*-it për sytë, sidomos për të moshuarit me shikim të dobët. Në këtë rast, është e këshillueshme që *kuhl*-i të përzihet me pak myshk (*misk*).

2. **Qitroja** (*Utruxh*)

Në *Sahih* shënohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Besimtari që lexon Kuranin përngjan me frutin e qitros: shijen e ka të mirë, por edhe aromën e ka të këndshme."

Nga qitroja ka mjaft përfitime. Ajo përbëhet nga katër elemente: lëkura e sipërme, zemra (ose pjesa e tultë), nënlëkura (me ngjyrë të bardhë) dhe farat. Secili prej këtyre elementeve ka vetitë e veta: lëkura, për shembull, është e nxehtë dhe e thatë, ndërsa tuli është i nxehtë dhe i lagësht. Nga ana tjetër, nënlëkura e bardhë është e ftohtë dhe e thatë, ndërsa farat janë të nxehta dhe të thata.

Lëkura e qitros ka, gjithashtu, shumë dobi. Për shembull, po ta vësh atë në mes të rrobave, ajo parandalon mykjen e tyre. Aroma e lëkurës freskon ajrin e ndenjur dhe të ndotur. Lëkura e qitros i jep ushqimit aromë më të këndshme dhe largon erën e rëndë. Po ashtu, nëse lëkura përzihet me ushqimin, ajo ndihmon procesin e tretjes. Autori i *Kanun*-it thotë që: "Me nënlëkurën (e qitros) mund të kurosh kafshimin e gjarprit, ashtu sikurse mund ta përdorësh

edhe lëkurën e saj në kompresa kundër këtij kafshimi. Hiri i lëkurës së djegur përdoret si pudër kundra lebrës."
Tuli i qitros zbut nxehtësinë e stomakut, ndihmon ata që vuajnë nga vreri dhe lufton avujt e nxehtë. El Gafikiu thotë: "Ngrënia e tulit (të qitros) lehtëson gjendjen e hemorroideve."
Ekstrakti i nënlëkurës së qitros mbledh barkun, lufton vrerin, qetëson dridhjet e forta, vë nën kontroll vjelljet vrerike, dhe kur përdoret si pije apo *kuhl*, ai kuron verdhëzën. Ekstrakti i nënlëkurës është gjithashtu një stimulant i mirë i oreksit dhe lufton diarrenë vrerike. Ai zbut epshin e gruas dhe shërben si ilaç kundra puçrrave të lëkurës, nëse përdoret si pomadë. Ai lufton edhe urdhjen.

Që nënlëkura e qitros është efikase kundra bojës, mund ta provosh duke e vënë atë mbi njollat e bojës në rroba, dhe do të shohësh që njolla do të zhduket plotësisht.

Nënlëkura e qitros ka rol zbutës dhe efekt freskues. Ajo ftoh nxehtësinë e mëlçisë, forcon stomakun, asgjëson vrerin dhe largon depresionin që e shoqëron atë, si edhe shuan etjen.

Farat e qitros kanë efekt shpërbërës dhe përtharës. Ibn Mesavaihu ka thënë, që: "Po ta zhveshësh lëvoren e farës, ta ziesh dhe ta pish si çaj të ngrohtë, sa dy porcione farmaceutike, rreth njëzet e pesë gramë secili, ajo ndihmon kundra helmimeve vdekjeprurëse. Farat e bluara ndihmojnë edhe kundra thumbimeve të ndryshme, nëse i vendos sipër vendit të prekur. Farat krijojnë kapsllëk, por ato mund të shërbejnë edhe si erëza në ushqime. Shumë prej këtyre dobive i merr edhe prej tulit të qitros."

Thuhet, gjithashtu, se farat ndihmojnë kundra thumbimit të akrepit, nëse pi dy masa farmaceutike me ujë të ngrohtë, ose nëse e bluan dhe e vendos mbi vendin e pickuar. Po ashtu, është thënë që: "farat e qitros ndihmojnë kundra çdo lloj helmi dhe çdo lloj thumbimi helmues."

Tregohet që, njëherë, një sundues pers, pasi ishte zemëruar me doktorët e tij, urdhëroi që të futeshin në burg. Ai u dha atyre mundësinë të zgjidhnin vetëm një lloj ushqimi, dhe ata zgjodhën qitron. Ata u pyetën: "Përse zgjodhët pikërisht qitron?" Përgjigjja e tyre qe: "Sepse ajo mund të përdoret si parfum për pak kohë, është frutë e bukur, lëkura e saj vjen erë e këndshme, tulin mund t'ia hash si frut, nënlëkurën si ushqim, farat e saj përdoren si antidot, ndërkohë që ajo përmban edhe yndyrë."
Në fakt, kjo pemë kaq e dobishme e meriton të shëmbëllehet me krijesën më të mirë, domethënë, me besimtarin që këndon Kuranin. Këtu nuk duhet të lëmë pa përmendur se disa njerëz e mbajnë qitron thjesht për ta kundruar, sepse ajo ka një pamje të hijshme dhe qetësuese.

3. **Orizi** (*Aruz*)
Ka dy hadithe të trilluara që flasin për orizin. I pari thotë: "Nëse ai do ishte një burrë, do të qe tip i duruar." Ndërsa i dyti: "Çdo gjë që e prodhon toka ka një sëmundje dhe një ilaç, përveç orizit, i cili është vetëm ilaç e nuk ka sëmundje (ose efekte anësore)." I përmendëm këto hadithe të rreme, me qëllim që njerëzit të mos ia mveshin ato gabimisht Pejgamberit (s.a.u.s.).
Orizi është i nxehtë e i thatë dhe përbën një nga drithërat më ushqyes pas grurit. Orizi është i dobishëm, sepse ai të mbledh barkun dhe forcon e mbron stomakun. Doktorët indianë mëtojnë se ai është ushqimi më i dobishëm po të gatuhet me qumësht lope (sytliaç).
Orizi është plot vlera ushqimore, zhvillon trupin, rrit prodhimin e spermës dhe shkëlqen ngjyrën e lëkurës.

4. **Pisha** (*Arz*)
I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) e ka përmendur pishën, kur ka thënë: "Besimtari përngjan me pemën e gjelbër që e rreh era: herë qëndron drejt e palëkundur, e herë përkulet. Ndërsa hipokriti përngjan me pishën: ajo qëndron sa qëndron në këmbë, kur befas e sheh tërësisht të tharë!"
Stikat e pishës janë të nxehta dhe të lagështa. Ato janë substanca qetësuese dhe maturuese. Stikat janë të vështira për t'u tretur, por

janë të ushqyeshme, ndihmojnë në ndalimin e kollës dhe përthajnë lagështirën ose avujt që mblidhen në mushkëri. Ato rrisin prodhimin e spermës, por krijojnë kapsllëk, nëse nuk i shoqëron me farat e shegës së hidhur.

5. **Bari i devesë** (*Idhkhir*)
Në *Sahih* shënohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë për Mekën: "Mos e prisni bimësinë e saj." Abasi tha: "Përveç barit të devesë,[1] o i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.), sepse atë e përdorin shërbëtorët e tyre (e popullit të Mekës), por përdoret edhe për shtëpitë e tyre." Atëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Përveç barit të devesë."
Bari i devesë është i nxehtë në gradë të dytë dhe i thatë në gradë të parë. Është substancë e lehtë, që hap bllokimet dhe rrugët e venave. Ai shton urinën dhe rrjedhjen e menstruacioneve, shkrin gurëzat dhe ulcerat e forta të stomakut, mëlçisë dhe veshkave, qoftë nëse përdoret si shurup apo si kompresë. Kërcejtë e barit të devesë forcojnë dhëmbët dhe stomakun, qetësojnë gjendjet e të përzierit dhe mbledhin barkun.

<u>Germa *Baa*</u>
1. **Shalqini** (*Bittikh*)
Ebu Daudi dhe Tirmidhiu shënojnë se Pejgamberi (s.a.u.s.) hante shalqin me hurma të pjekura, duke thënë: "Nxehtësia e këtyre (hurmave) asnjanëson ftohtësinë e këtij (shalqinit)."

Ka plot hadithe që flasin për shalqinin, por asnjëri prej tyre nuk është autentik, përveç atij që përmendëm më lart.

Shalqini është i ftohtë, i lagësht dhe i ëmbël. Ai shërben edhe si shpëlarës (i stomakut dhe i zorrëve). Shalqini tretet nga stomaku më shpejt sesa kastraveci, duke u përzier me çdo lloj substance që gjendet aty (në stomak).

Shalqini është i dobishëm kur hahet i ngrohtë, ndërsa kur është i ftohtë është e mira që ta shoqërosh me xhenxhefil, me qëllim që t'i ruhesh dëmit të tij.

---

[1] Emri shkencor: *Cymbopogon citratus.*

Shalqini duhet të hahet përpara ushqimit, përndryshe ai shkakton të përziera. Disa doktorë thonë që: po ta hash shalqinin përpara ushqimit, ai shpëlan stomakun dhe heq sëmundjet.

2. **Hurmat arabe të freskëta** *(Belah)*

Nesaiu dhe Ibn Maxhe sjellin në *Sunen*-et e tyre hadithin prej Aishes (r.a.), se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Hani hurma të freskëta të shoqëruara me hurma të thata, sepse kur Shejtani sheh birin e Ademit tek ha hurma të freskëta bashkë me hurma të thata, thotë: 'Biri i Ademit vijon të jetë, aq sa po ha të rejat dhe të vjetrat bashkë'."

Sipas një hadithi tjetër, ai (s.a.u.s.) ka thënë: "Hani hurma të freskëta të shoqëruara me hurma të thata, sepse kur Shejtani sheh birin e Ademit tek ha ashtu, thotë: 'Biri i Ademit ka jetuar aq, sa po ha të freskëtat dhe të vjetrat bashkë'."

Disa mjekë muslimanë komentojnë: Pejgamberi (s.a.u.s.) i urdhëroi muslimanët të hanë bashkë hurmat e freskëta me ato të thatat, dhe jo hurmat jeshile me hurmat e thata. Hurmat e freskëta janë të ftohta dhe të thata, ndërsa hurmat e thata janë të nxehta dhe të lagështa, e kështu ato asnjanësojnë njëra-tjetrën. Nga ana tjetër, hurmat jeshile dhe hurmat e thata janë të dyja të nxehta, ndonëse hurmat e thata janë më të nxehta. Sipas mjekëve, është e këshillueshme që ta shmangësh ngrënien e dy llojeve të ushqimit, kur të dyja janë të nxehta, ose të dyja të ftohta.

Hadithi tregon se mjekësia është në përgjithësi e saktë kur synon asnjanësimin e efektit të ilaçeve dhe ushqimeve me përbërës ose ushqime të tjera, për të ruajtur shëndetin e mirë.

Hurmat e freskëta janë të ftohta dhe të thata. Ato i bëjnë mirë gojës, mishit të dhëmbëve dhe stomakut. Megjithatë, hurmat e freskëta nuk janë të mira për kraharorin (brendësinë e tij) dhe mushkëritë, për shkak të ashpërsisë së tyre. Ato janë të vështira për t'u tretur dhe nuk kanë shumë vlera ushqyese. Hurmat e

freskëta janë si rrushi i papjekur, pasi ato shkaktojnë fryrje dhe gazra në bark, sidomos nëse pi ujë pasi i ha ato. Për ta shuar këtë efekt, ato duhet të shoqërohen me hurma të thata, ose me mjaltë dhe gjalpë.

3. **Hurmat jeshile** (*Busr*)
Në *Sahih* shënohet se kur Pejgamberi (s.a.u.s.), Ebu Bekri dhe Omeri ishin njëherë për vizitë te shtëpia e Ebu Hejthem ibn Taihanit, ky i fundit u nxori një vile me hurma, e cila është e ngjashme me një vile rrushi. Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Pse nuk zgjodhe ca hurma të pjekura për ne?" Ebu Hejthemi u përgjigj: "Unë doja që ju t'i zgjidhnit vetë, si të dëshironit: jeshile apo të pjekura."
Hurmat jeshile janë të nxehta dhe të thata; thatësia e tyre është më e madhe se nxehtësia e tyre. Këto lloj hurmash përthajnë lagështirën e tepërt, mbështjellin stomakun, qetësojnë zorrët dhe u japin shëndet trysave dhe gojës. Varieteti më i mirë i tyre është hurma jeshile e butë dhe e ëmbël. Sidoqoftë, ngrënia me tepri e tyre shkakton bllokime në të brendshmet e barkut.

4. **Veza** (*Bejd*)
Vezët e freskëta janë më të mira se ato të ndenjurat, dhe lloji më i mirë i tyre është veza e pulës. Vezët janë me temperament mesatar (as të nxehta, as të ftohta), megjithëse anojnë disi nga e ftohta.
Autori i *El Kanun*-it thotë: "E verdha e vezës është e nxehtë dhe e lagësht. Ajo është e shëndetshme për gjakun, por nuk është ushqyese. Ajo tretet shpejt nëse është ende e butë."

Dikush tjetër ka thënë: "E verdha e vezës qetëson dhembjet, pastron gurmazin dhe traketë, qetëson kollën dhe kuron ulcerat në mushkëri, mëlçi dhe prostatë. Ajo asgjëson ashpërsitë në organe, sidomos kur përzihet me yndyrën e bajameve të ëmbla. Ajo maturon dhe zbut çfarëdolloj gjëje që ndodhet në kraharor dhe zbut fytin kur është i acaruar."
Nëse albumina përdoret me pika në sy, ajo ftoh lythët e nxehtë që dalin në sy dhe qetëson dhembjet. Nëse përdoret si krem mbi

fytyrë, ajo të mbron nga djegia e diellit. Nëse përdoret si krem mbi ballë, ajo është si ilaç për dizenterinë.

Autori i *Kanun*-it e përmend vezën ndër ilaçet e zemrës. Përveç kësaj, ai thotë: "E verdha e saj ka një ndikim të fortë në forcimin e zemrës. E verdha e vezës ka tri dobi: ajo kthehet shpejt në gjak, nuk krijon shumë jashtëqitje dhe gjaku që krijohet prej saj është i lehtë, i ngjashëm me gjakun që ushqen zemrën. E verdha e vezës është substanca më e përshtatshme kundra sëmundjeve që prekin thelbin e shpirtit."

5. **Qepa** (*Basal*)
Ebu Daudi, në *Sunen*-in e tij, sjell rrëfimin prej Aishes (r.a.), e cila, kur u pyet për qepën, tha: "Vakti i fundit i ushqimit që hëngri Pejgamberi (s.a.u.s.) përmbante qepë."
Në dy *Sahih*-ët vjen gjithashtu hadithi që tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.) e ndaloi hyrjen në xhami për ata që sapo kanë ngrënë qepë.

Qepa është e nxehtë në gradë të tretë dhe ka lagështi të tepërt. Ajo lufton papastërtitë dhe parandalon gazrat e nxehta (në stomak). Ajo stimulon epshin, forcon stomakun, ndihmon në prodhimin e spermës, çel ngjyrën e njeriut, shkrin këlbazët dhe shpëlan stomakun.

Grimcat e qepës përdoren si ilaç kundra mungesës së pigmentit në disa zona të lëkurës (*vitiligo*), por ajo mund të përdoret edhe si pomadë në zonat e prekura nga *alopecia* (sëmundje e lëkurës që karakterizohet nga rënia e flokëve ose e qimeve të trupit, pjesërisht ose tërësisht). Po ta përziesh qepën me kripë (si pomadë), ajo zhduk edhe lythët në lëkurë. Nëse njeriut i përzihet pas pirjes së ndonjë laksativi, nuhatja e qepës e ndihmon atë të mos vjellë. Qepa asgjëson erën e laksativëve. Nëse e thith lëngun e qepës me hundë, ai pastron brendësinë e kokës. Ca pika prej lëngut të qepës në vesh të ndihmojnë nëse ke rënie të dëgjimit, *tinitus* (zhurmë në vesh), infeksion apo ujë të mbledhur në vesh. Me grimcat e qepës mund të lyhet syri, nëse vuan nga katarakti (perdja e syrit). Në

këtë rast, grimcat përzihen me mjaltë dhe vendosen mbi të bardhën e syrit.

Qepët e ziera janë ushqyese dhe ndihmojnë kundra verdhëzës, kollës dhe acarimit të gjoksit. Qepa shërben si diuretik dhe është qetësuese për zorrët. Lëngu i saj i përzier me kripë e limon shëron vendin e kafshuar prej qenit, nëse e shtrydh përsipër plagës. Qepa, gjithashtu, kur përdoret si supostë, çliron rrugët e hemorroideve.
Nga ana tjetër, qepa mund të shkaktojë migrenë, dhembje koke, gazra dhe mund të errësojë të parët. Ngrënia e shpeshtë ose e tepruar e qepëve shkakton sklerozë, ndikon në tru, ndryshon erën e gojës dhe të shijuarit e ushqimit. Ajo shqetëson ata që ndodhen pranë teje, ashtu si edhe engjëjt. Këto pasoja negative të qepës mënjanohen nëse atë e përdor të zier. Në *Sunen* thuhet se: "Pejgamberi (s.a.u.s.) i urdhëroi ata që hanë qepë e hudhra që t'i zbusin ato duke i zier." Era e rëndë e saj mund të largohet prej gojës duke përtypur një gjethe agrumeje (si limoni, portokalli etj.).

6. **Patëllxhani** (*Badhinxhan*)
Është një hadith i trilluar, që thotë se: "Nëse e ha patëllxhanin duke bërë nijet diçka, ajo dëshirë do të plotësohet." Thënie të tilla nuk mund të dalin nga goja e çdo lloj njeriu të zakonshëm e normal, e jo më nga Pejgamberi (s.a.u.s.).
Ka dy lloje patëllxhanësh: të bardhë dhe të zinj. Disa thonë që patëllxhani është i nxehtë, e disa të tjerë thonë që është i ftohtë; sidoqoftë, ne mendojmë që është i nxehtë.
Patëllxhani shkakton vrer të zi, hemorroide, bllokime, tumore dhe lebër. Ai prish ngjyrën e njeriut, duke e nxirosur atë, dhe shkakton vështirësi në frymëmarrje.
Patëllxhani i bardhë, nga ana tjetër, nuk i ka këto efekte anësore të lartpërmendura.

Germa *Taa*

1. **Hurmat e thata** (*Temr*)
Në dy *Sahih*-ët shënohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Kushdo që ha në mëngjes shtatë hurma prej zonës së Alijas, nuk ka për t'u prekur nga ndonjë helmim ose magji, deri në fund të asaj dite."
Ai (s.a.u.s.), gjithashtu, ka thënë që: "Banorët e asaj shtëpie që nuk ka hurma janë njerëz të uritur."
Pejgamberi (s.a.u.s.) i hante hurmat e thata me gjalpë, me bukë ose pa gjë tjetër.
Hurmat e thata janë të nxehta në gradë të dytë dhe, po ashtu, të lagështa, ose të thata, në gradë të dytë.
Hurmat e thata forcojnë mëlçinë, qetësojnë zorrët, rrisin prodhimin e spermës, sidomos kur shoqërohen me stika, dhe lehtësojnë dhembjet e fytit.
Ndërsa për ata që nuk janë mësuar të hanë hurma të thata, siç janë banorët e vendeve të ftohta, ato u shkaktojnë bllokime, u prishin dhëmbët dhe u japin dhembje koke, nëse nuk i shoqërojnë me bajame dhe fara hashashi.
Hurmat e thata janë ndër frutat më të ushqyeshme. Esenca e tyre është e nxehtë dhe e lagësht. Nëse hahen në mëngjes, ato ndihmojnë kundra krimbave. Edhe pse janë të nxehta, hurmat e thata e kanë fuqinë të luftojnë krimbat, t'i zhdukin ose, të paktën, ta zvogëlojnë numrin e tyre, sidomos nëse hahen shpesh dhe esëll.
Hurmat e thata janë fruta, janë ushqim, ilaç, pije dhe ëmbëlsirë.

2. **Fiku** (*Tin*)
Fiku nuk përmendet në Sunet (hadithet pejgamberike), sepse ai nuk rritet në zonën e Hixhazit apo në Medinë. Fiqtë kërkojnë një klimë tjetër, të ndryshme nga ajo ku rriten hurmat. Allahu është betuar për fikun në Librin e Tij, sepse ai ka të mira dhe përdorime të panumërueshme.
Fiku është i nxehtë dhe i thatë ose i lagësht. Lloji më i mirë është fiku i bardhë, kur është i pjekur, pasi ai ndihmon në pastrimin e ranishteve që grumbullohen në mëlçi dhe prostatë dhe shërben si substancë parandaluese ndaj helmimeve. Fiqtë kanë më tepër vlera ushqyese se çdo lloj fruti tjetër. Ata ndikojnë në pastrimin e mëlçisë dhe të shpretkës, largojnë këlbazën që mblidhet në stomak

dhe e ushqejnë mirë trupin. Megjithatë, nëse e tepron me fiqtë, ata të bëjnë vikima më të mundshme të morrave.

3. ***Therid*-i**

Në dy *Sahih*-ët vjen rrëfimi se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Lartësia e Aishes në krahasim me gratë e tjera është si lartësia e *therid*-it përkundër gjithë ushqimeve të tjera."

Therid-i është një gjellë e ndërtuar me pak bukë, e cila është ushqimi më i mirë, dhe mish, i cili është mëlmesa më e mirë. Kur këta dy përbërës ndërthuren bashkë, asnjë ushqim tjetër nuk ua kalon më.

Ka gjykime të ndryshme në lidhje me çështjen se cili ushqim është më i mirë: buka apo mishi. Mendimi më i saktë është se buka mund të konsumohet më tepër, por mishi është më i mirë dhe më i çmuar se buka. Është fakt se mishi ngjan me esencën e vërtetë të trupit njerëzor më shumë se çdo lloj ushqimi tjetër. Ai është, gjithashtu, ushqimi i banorëve të Xhenetit. Allahu u tha atyre (popullit të Musait) që donin të hanin perime të gjelbra, kastravecë, *fum* (grurë ose hudhra), thjerrëza dhe qepë: "A doni ta shkëmbeni atë (mishin e shkurtëzës), që është më i mirë, me ato (ushqime) që qëndrojnë më poshtë (kanë më pak vlera)?" [Bekare, 61] Shumë dijetarë thonë se *fum* është quajtur gruri, e nëse merret kështu, ajeti dëshmon se mishi (i shkurtëzës) është më i mirë sesa gruri. Allahu e di më mirë.

<u>Germa *Xhim*</u>

1. **Palca e drurit të palmës** (*Xhummar*)

Në dy *Sahih*-ët shënohet ky rrëfim i Abdullah ibn Omerit: "Ne po rrinim ulur bashkë me të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.), kur atij i sollën palcë nga druri i një palmeje. Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Është një pemë që i ngjan muslimanit, sepse asaj nuk i bien kurrë gjethet…"

Palca e drurit të palmës është e ftohtë dhe e thatë në shkallë të parë. Ajo shëron ulcerat, ndalon hemorragjinë, diarrenë, vrerin e verdhë dhe qetëson tensionin e gjakut. Palca e palmës nuk dëmton, por nuk është shumë e ushqyeshme, pasi nuk tretet lehtë.

Prej drurit të palmës ka vetëm përfitime. Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë që ai përngjason me muslimanin, për shkak të dobive dhe mirësive të tij të panumërta.

2. **Djathi** (*Xhubn*)

Në *Sunen*-in e Ebu Daudit shënohet rrëfimi prej Abdullah ibn Omerit, se njëherë, kur ndodheshin në Tebuk, Pejgamberit (s.a.u.s.) i sollën ca djathë. Ai (s.a.u.s.) kërkoi një thikë, përmendi emrin e Allahut dhe pastaj preu djathin. Ndërsa për sahabët ka dëshmi që ata e kanë ngrënë djathin, kur kanë qenë në zonat e Irakut dhe Shamit.

Djathi pa kripë është i mirë për stomakun, i lehtë për organet e trupit, krijon mish dhe qetëson barkun. Djathi i kriposur, nga ana tjetër, është më pak i ushqyeshëm, i keq për stomakun dhe për të brendshmet. Djathi i vjetër dhe i shkrirë në zjarr ngroh stomakun dhe është efikas në rastet e ulcerave dhe diarresë.

Djathi është i ftohtë dhe i lagësht. Ai është më i mirë kur shkrihet në nxehtësi, sepse zjarri e bën atë më të butë, më të lehtë, më të shijshëm dhe më aromatik. Djathi i ruajtur në shëllirë është i nxehtë dhe i thatë. Ai e dobëson trupin dhe krijon gurë në mëlçi e prostatë. Ai është i keq edhe për stomakun, madje kur përzihet me ca gjëra që njerëzit pandehin se do ta bëjnë më të lehtë, ai bëhet edhe më i keq, sepse ato substanca ndikojnë që djathi të përthithet më shpejt nga stomaku.

Germa *Haa*

1. **Kënaja** (*Hinna*)

Dobitë e kënasë i kemi treguar më përpara, ku kemi cituar edhe hadithet që flasin për të.

2. **Fara e zezë** (*Habbeh Seuda*)

Në dy *Sahih*-ët vjen rrëfimi prej Ebu Hurejrës, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Përdoreni farën e zezë, sepse ajo përmban ilaç për çdo lloj sëmundjeje, përveç vdekjes."[1]

[1] Hadithi gjendet edhe te Tirmidhiu, Ahmedi e Ibn Hibbani.

Fara e zezë quhet *shuneiz* në persisht, qimnon i zi ose qimnoni indian. El Harbi dëshmon se El Hasani ka thënë që: "Ajo (fara e zezë) është fara e sinapit." Por mendime të tilla nuk janë të sakta, pasi Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë që është *habbeh seuda* (fara e zezë) ose *shuneiz*-i, në persisht.

Nga fara e zezë ka mjaft përfitime, siç tregon edhe hadithi i Pejgamberit (s.a.u.s.): "…ajo përmban ilaç për çdo lloj sëmundjeje". Megjithatë, kjo duhet parë si thënia e Allahut të Madhëruar: "…që, me urdhrin e Allahut, shkatërron çdo gjë" [Ahkaf, 25], e cila ka kuptimin: çdo gjë që është bërë për t'u shkatërruar.

Fara e zezë ndihmon kundra çdo lloj sëmundjeje të ftohtë. Ajo, gjithashtu, lehtëson efektin e ilaçeve të ftohta për zonat që preken nga sëmundjet e nxehta dhe të thata, pasi fara e zezë e ndihmon trupin ta përthithë ilaçin shpejt, nëse merret me masa të vogla.
Autori i *Kanun*-it dhe të tjerë pohojnë se shafrani i përzier me kamfur ka të njëjtin efekt, sepse shafrani e ndihmon kamfurin të arrijë shpejt në zonën e prekur prej sëmundjes. Ka disa lloje bimësh që kanë efekte të ngjashme me shafranin.

Është e mundshme që substancat e nxehta të përfitojnë ndonjëherë, kur ka sëmundje të nxehta. Për shembull, *anzarut*-i, i cili është një lloj rimeli për sytë, përzihet me ilaçe të tjera për të kuruar konjuktivitisin ose sëmundje të ngjashme me të. Konjuktivitisi është tumor i nxehtë, siç e pranojnë të gjithë doktorët. Në të njëjtën mënyrë, sulfuri është ilaç për zgjeben e nxehtë.

Qimnoni i zi është i nxehtë dhe i thatë në shkallë të tretë. Ai eliminon gazrat, nxjerr krimbat, qetëson gjendjen e lebrës dhe të etheve flegmatike, hap bllokimet, avullon gazrat dhe lagështirën e tepërt të grumbulluar në stomak.

Nëse fara e zezë bluhet, përzihet me mjaltë dhe pihet me pak ujë të ngrohtë, ajo shkrin gurët në veshka dhe në prostatë, madje shërben edhe si diuretik. Ajo shton rrjedhjen e menstruacioneve dhe prodhimin e qumështit (të nënës), nëse pihet për disa ditë rresht. Po ta nxehësh atë me uthull dhe ta vësh mbi bark, asgjëson krimbat e zorrëve. Ajo pastron, qetëson dhe largon pasojat e të ftohtit, nëse shtypet në një leckë dhe thithet me hundë rregullisht, derisa sëmundja të shërohet.

Vaji i farës së zezë shërben kundra kafshimeve të gjarprit, hemorroideve dhe puçrrave. Nëse merr rreth njëzet e pesë gramë[1] nga ky vaj dhe e pi me ujë, ai ndihmon në rastet e frymëmarrjes së vështirë apo gulçimeve.

Këto fara, të ziera në uthull, qetësojnë dhembjet e dhëmbëve, duke dhënë efektin e një mpirjeje, nëse e shpëlan gojën me lëngun e përftuar. Thithja e pluhurit të tyre shërben për të kuruar syrin që mbledh ujë. Si kompresë, fara e zezë e përzier me uthull shëron puçrrat dhe tumoret e lëkurës së ekspozuar, mahisjet e mukozës dhe lungat e ashpra.

Vaji i farës së zezë kuron paralizën faciale, nëse merret me hundë. Pirja e rreth njëzet e pesë gramëve nga ky vaj ndihmon kundra pickimit të merimangës.

Po të bluhet imët fara e zezë dhe të përzihet me vajin e farës jeshile, pastaj të hidhet me pika në hundë, deri në tri (pika) të tilla, ajo bëhet një kuruese e mirë e simptomave të të ftohtit, e gazrave dhe e bllokimeve të ndryshme.

Farat e zeza të skuqura, të bluara imët dhe të përziera me vaj mund të përdoren me pika në hundë, për të luftuar pasojat e të ftohtit, të shoqëruara me teshtima të shpeshta.
Nëse i djeg farat e zeza dhe i përzien me dyllë të shkrirë, bashkë me një sasi kënaje ose me vaj luleshpatoreje, ato heqin lungat që

[1] Sigurisht që kjo masë është e përshtatur nga përkthyesi.

shfaqen në këmbë, por pasi ta kesh shpëlarë mirë lëkurën me uthull.

Me farat e zeza të shtypura në uthull mund të lyesh lëkurën e prekur nga lebra, nga nishanet, ose kokën që vuan nga zbokthi, për t'i shëruar këto sëmundje.

Nëse përtyp në një ditë rreth njëzet e pesë gramë me fara të zeza të bluara imët, të përziera me ujë të ftohtë, ato japin efekt të menjëhershëm kundra kafshimit të qenit të tërbuar dhe mund të parandalojnë vdekjen prej sëmundjes së tërbimit. Vaji i farës së zezë i marrë nga hunda ndihmon kundra paralizës faciale dhe tetanozit, duke asgjësuar shkaktarët e tyre. Së fundmi, djegia e farave të zeza spraps kafshët helmuese.

Nëse tret në ujë *kuhl*-in persian, e vë në gurmaz dhe mbi të hedh pluhur të farës së zezë, kjo do të shërbejë si mënyrë efikase për të shëruar majasëllin.

Prej farës së zezë ose qimnonit ka edhe shumë dobi të tjera mjekësore. Sidoqoftë, ne këshillojmë që doza e përdorimit të jetë rreth njëzet e pesë gramë, pasi ka mendime që thonë se teprimi me të mund të shkaktojë edhe vdekje.

3. **Mëndafshi** (*Harir*)
Ne kemi treguar më lart se Pejgamberi (s.a.u.s.) e lejoi Zubejrin dhe Abdurrahman ibn Aufin të vishin rroba mëndafshi, për shkak të një sëmundjeje lëkure, nga e cila ata vuanin. Po në atë kapitull kemi përmendur edhe dobitë e mëndafshit.

4. **Purqaku mjekësor** (*Hurf*)
Ebu Hanife El Dejnuri thotë që, "farat e purqakut[1] përdoren në mjekësi dhe quhen ndryshe (në arabisht) *el dhuffa*, siç e ka përmendur Pejgamberi (s.a.u.s.). Bima quhet *hurf*, por emri i saj

[1] Emri shkencor i purqakut është *Nasturtium officinale.* Është një bimë shumëvjeçare, që rritet buzë rrjedhave të ujit ose në toka të lagështa.

popullor është ‘fara e Rashadit’.” Kurse Ebu Ubejde ka thënë që *el dhuffa* është *hurf*-i.

Hadithi të cilit i referohet Ebu Hanifja është ai që Ebu Ubeji dhe dijetarë të tjerë e kanë përcjellë nga Ibn Abasi, që tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: “Çfarë kurimi bartin dy barnat e hidhura: *el dhuffa* dhe aloeja!”

Purqaku është i nxehtë dhe i thatë në shkallë të tretë. Ai ngroh dhe qetëson stomakun, pastron nga lloje të ndryshme të krimbave, shpërbën tumoret e shpretkës, nxit epshin seksual dhe shëron puçrrat e zgjebes dhe të urdhjes.

Nëse përdoret si kompresë, i përzier me mjaltë, ai shëron tumoret e shpretkës. I zier me këna, ai pastron brendësinë e gjoksit nga substancat e dëmshme, ndërsa po ta pish si lëng, shërben si ilaç kundra kafshimeve e thumbimeve helmuese.
Tymi që ai lëshon kur digjet largon kafshët dhe insektet helmuese, madje parandalon edhe rënien e flokëve. I përzier me miell elbi e uthull dhe i përdorur si kompresë, ai ndihmon kundra lungave të nxehta.

Si kompresë me ujë, ai arrin të përthajë dregëzat e infektuara, gjallëron organet e ligështuara, rrit epshin seksual dhe hap oreksin. Ai ndihmon kundra astmës apo vështirësisë në frymëmarrje, pastron lëndët e trashuara në shpretkë, pastron kraharorin (nga brenda) dhe shton rrjedhjen e menstruacioneve. Ai, gjithashtu, kuron nervin shiatik dhe gërryerjen e këllqeve, për shkak të energjisë që del prej purqakut, nëse njeriu e pi ose e injekton atë. Ai largon këlbazën prej mushkërive.

Nëse purqaku shtypet dhe shërbehet me ujë të ngrohtë, si çaj, ai funksionin si laksativ, largon gazrat dhe qetëson dhembjet e shkaktuara nga kapsllëku. Purqaku i shtypur përdoret edhe kundra lebrës, nëse hidhet në një pije e konsumohet si lëng.

Purqaku i përzier me uthull përdoret si pomadë mbi lëkurën e sëmurë prej lebrës dhe mbi çrregullimet e pigmentit të bardhë, duke i përmirësuar këto gjendje. Ai largon edhe dhembjet e kokës që shkaktohen nga i ftohti ose nga grumbullimi i këlbazës. Nëse skuqet dhe pihet me ujë, ai shkakton kapsllëk, sidomos kur nuk është i shtypur, pasi në këtë gjendje (kur skuqet), zbutet edhe trashësia e tij.

Galeni thotë, se "efekti i purqakut është i ngjashëm me atë të sinapit. Si i tillë, ai mund të përdoret për të shëruar dhembjet në këllqe dhe dhimbjet e kokës, pasi këto simptoma kanë nevojë për nxehtësi, që e jep edhe sinapi. Ndonjëherë, purqaku përzihet me barna të tjera dhe përdoret për kurimin e astmës, pasi dihet që ai shkrin lëndët e trasha, njëlloj si fara e sinapit. Ai është i ngjashëm me farën e sinapit në çdo aspekt."

5. **Lulja e makthit** (*Hulba*)
Sipas një dëshmie, kur Pejgamberi (s.a.u.s.) vizitoi Sad ibn Ebu Uekasin, që u sëmur njëherë në Mekë, kërkoi të sillnin aty një doktor. E kështu, erdhi El Harith ibn Kaladahu, i cili vizitoi të sëmurin dhe tha: "Nuk ka asgjë të keqe. Thjesht bëjini ca makth[1] me hurma dhe jepjani ta hajë." Thuhet se Sadi e hëngri atë e u shërua. Makthi është i nxehtë në shkallë të dytë dhe i thatë në shkallë të parë.

Makthi i zier në ujë zbut fytin, gjoksin dhe stomakun. Ai qetëson kollën, astmën, frymëmarrjen e vështirë dhe shton epshin seksual. Kjo bimë lehtëson gjendjen me gazra, këlbaza, hemorroide dhe grumbullimet e tjera që ndodhin në zorrë. Ajo shkrin këlbazën e mbledhur në gjoks, lufton ulcerat gastrike dhe sëmundjet e mushkërive.

Pesë *darahim* (rreth 15 gramë) me makth, po të shërbehen bashkë me një lëng, shtojnë rrjedhjen e menstruacioneve, ndërsa po t'i

---

[1] *Makthi* është një lloj bari i ngjashëm me trëndelinën, që bën lule të verdha a të bardha e me erë si të mjaltit. Emri shkencor: *Trigonella foenum-graecum*. (Shën. i përkth.).

ziesh dhe të lash kokën me to, ndihmon që t'i dredhësh flokët e që të luftosh zbokthin.

Makthi i bluar e i përzier me uthull dhe sodë, i përdorur si kompresë, shkrin tumorin e shpretkës. Gruaja që vuan nga dhembjet në vaginë, për shkak të ndonjë pezmatimi të saj, do të ketë përmirësime nëse ulet në një vaskë me ujë, në të cilin është zier makthi.

Kjo bimë i lufton tumoret e ftohta dhe të forta, nëse vendoset si kompresë mbi ta. Ndërsa po ta pish lëngun e përftuar prej saj, ajo qetëson dhembjet e barkut që shkaktohen nga grumbullimi i gazrave të ndryshme, përveç që pastron edhe zorrët.
Ngrënia esëll e makthit me mjaltë, hurma ose fiq shkrin këlbazën që krijohet në gjoks dhe në stomak, e po ashtu qetëson kollën që vjen si pasojë e këtyre sëmundjeve.

Makthi lehtëson mbajtjen e urinës dhe ndikon si laksativ. Ai shëron rastet e devijimeve të thoit, ndërsa vaji i tij, i përzier me dyllë, kuron plasaritjet e lëkurës për shkak të të ftohtit.

Nga makthi ka aq shumë dobi, saqë disa doktorë thonë që, sikur njerëzit t'i dinin ato, do ta blinin këtë bimë duke e peshuar me flori.

Germa *Kha*

1. **Buka** (*Khubz*)
Në *Sahih* është një hadith i Pejgamberit (s.a.u.s.), që thotë se: "Ditën e Ringjalljes, Toka do të bëhet një pite buke e vetme, të cilën i Gjithëpushtetshmi do ta përgatisë me Dorën e Tij, ashtu siç gatuan ndonjëri prej jush piten e bukës për udhëtim. Ai e bën të

tillë si mikpritje për banorët e Xhenetit, që të ushqehen me të para hyrjes në Xhenet."[1]

Një hadith i pavërtetë thotë që nuk lejohet prerja e bukës me thikë, ndërsa një tjetër hadith i trilluar thotë që nuk lejohet prerja e mishit me thikë. Muhanna rrëfen se e ka pyetur vetë imam Ahmedin për hadithin, sipas të cilit Aishja tregon që Pejgamberi (s.a.u.s.) e ndaloi prerjen e mishit me thikë, pasi këtë mënyrë - sipas atij hadithi - e paskan patur zakon joarabët. Por imam Ahmedi është përgjigjur duke thënë se një rrëfenjë e tillë nuk është e saktë, pasi ajo bie në kundërshtim me një dëshmi tjetër, që përcillet nga Amër ibn Umejje dhe nga Mugira. Sipas hadithit të Amër ibn Umejjes, Pejgamberi (s.a.u.s.) përdorte një thikë për të prerë copa nga mishi i deles, ndërsa Mugira tregon se kur ishte mysafir i Pejgamberit (s.a.u.s.), njëherë, pa se ai (s.a.u.s.) kërkoi t'i sillnin pak mish, të cilin e preu me një thikë.

Buka më e mirë është ajo e zënë me maja. Pas saj vjen buka e pjekur në furrë, e më pas kulaçi i pjekur në hi të nxehtë (prefull), me miell të freskët.

Buka më e ushqyeshme është ajo që bëhet si bollgur, sepse ajo tretet ngadalë dhe nuk përmban shumë krunde. Në radhë të dytë vjen buka e bardhë, e pastaj buka e zezë.

Koha më e mirë për të ngrënë bukën është në pjesën e fundit të ditës, kur ajo piqet. Buka e butë është më e lehtë se buka e fortë, më e ushqyeshme, më lagështuese dhe më shpejt e tretshme.

Buka e grurit është e nxehtë në gradë të dytë dhe me lagështi e thatësi mesatare, por jo kur është e përzhitur dhe e tharë nga zjarri.

[1] Kuptimi i hadithit është ky: Ditën e Gjykimit, Allahu i Lartësuar e bën Tokën me Dorën e Tij si një pite buke, por të madhe dhe të rrumbullakët, me qëllim që besimtarët të hanë prej saj, poshtë këmbëve të tyre, derisa të përfundojë llogaria. Kjo duhet të besohet realisht, siç përmendet në hadith, sepse Allahu ka fuqi për të bërë gjithçka. Hadithit i janë bërë edhe shpjegime të tjera, por ky është më i mundshmi.

Buka e grurit e shëndosh mjaft shpejt trupin. Kadaifi (i traditës arabe) të rëndon shumë, ndërsa përsheshi shkakton fryrje të barkut dhe tretet me vështirësi. Kulaçi i përgatitur me qumësht krijon bllokime dhe vështirësi në tretje, ndonëse është i ushqyeshëm.

Buka e elbit është e ftohtë dhe e thatë në shkallë të parë, por nuk është aq e ushqyeshme sa buka e grurit.

2. **Uthulla** (*Khal*)
Muslimi shënon në *Sahih*-un e tij rrëfimin e Xhabir ibn Abdullahit, se: "I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) i kërkoi njëherë gruas së tij për të ngrënë, dhe ajo i tha se kishin vetëm uthull në shtëpi. Pejgamberi (s.a.u.s.) kërkoi pak uthull dhe, duke e ngrënë atë (me bukë), tha: "Sa ushqim i mirë është uthulla!"

Uthulla është e nxehtë dhe e ftohtë njëkohësisht, pavarësisht se e ftohta është më e dukshme. Ajo është e thatë në gradë të tretë, madje një lëndë përtharëse mjaft e fortë. Uthulla zbut trupin, por edhe natyrën e njeriut.

Uthulla e verës ndihmon kundra pezmatimeve gastrike dhe kundra vrerit. Ajo parandalon efektet anësore (negative) që vijnë prej disa barnave. Uthulla shpërbën qumështin dhe gjakun kur mpiksen, lehtëson punën e shpretkës, mbështjell stomakun, krijon kapsllëk, shuan etjen dhe pengon krijimin e lungave e të tumoreve. Ajo ndihmon procesin e tretjes, lufton këlbazën, zbut ushqimet e forta dhe hollon gjakun e trashë.

Uthulla me kripë mund të pihet kundra efektit të kërpudhave helmuese. Rrufitja e uthullës pak e nga pak shkrin dhe hap bllokimet që krijohen në gjak, në nofullën e poshtme. Shpëlarja e gojës me uthull të ngrohtë qetëson dhembjet e dhëmbëve dhe forcon trysat.

Infeksionet në gishta mund t'i kurosh duke i lyer me uthull. Ajo përthan puçrrat, lehtëson gjendjen e lungave të nxehta dhe të

djegieve nga zjarri. Uthulla është gjithashtu stimuluese e oreksit. Ajo zbut stomakun dhe është e pëlqyeshme të përdoret nga të rinjtë dhe nga ata që jetojnë në vise të ngrohta.

3. **Kunjat e dhëmbëve** (*Khilal*)
Kunjat ndihmojnë në shëndetin e trysave dhe të dhëmbëve, si edhe në ruajtjen e freskisë së gojës. Kunjat më të mira janë ato që bëhen prej drurit të ullirit. Nuk këshillohet që për pastrimin e dhëmbëve të përdoren kunjat prej xunkthi, mërsine ose borziloku.

Germa *Del*

1. **Yndyra dhe vaji** (*Duhn*)
Yndyra zë poret dhe pengon prishjen e lëkurës. Përdorimi i saj pas një banje me ujë të ngrohtë lagështon dhe shkëlqen trupin.
Lyerja e kokës me vaj e zbukuron dhe e zhvillon flokun. Ai ndihmon kundra fruthit dhe shumicës së sëmundjeve që prekin flokët. Tirmidhiu sjell hadithin e përcjellë nga Ebu Hurejra, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Përdoreni vajin në ushqimet tuaja dhe lyhuni me të."

Për vendet e nxehta, siç është Hixhazi, yndyra është një nga ruajtëset më të mira të shëndetit dhe ndër ilaçet më efikase, duke u bërë kështu e domosdoshme për banorët e këtyre vendeve. Ndërsa për ata që jetojnë në vende të ftohta, ajo nuk është aq e nevojshme. Gjithsesi, duhet thënë se lyerja e shpeshtë e kokës me vaj dëmton shqisën e të parit.

Llojet më të dobishme ndër lyrat e thjeshta janë: vaji i zakonshëm, pas të cilit vjen dhjami, e pastaj vaji i susamit.

Për sa u përket lyrave të përbëra, disa prej tyre janë të lagështa dhe të ftohta. E tillë është, për shembull, esenca e lulevjollcës, e cila lehtëson dhembjet e nxehta të kokës dhe përgjum syrin. Ajo

lagështon trurin, ndihmon kundra krisjeve (ose frakturave) të kockave dhe kundra tharjes së tepërt të lëkurës. Ajo shërben si pomadë mjaft rezultative kundra fruthit dhe puçrrave të thata. Esenca e lulevjollcës i bën nyjat e eshtrave më elastike dhe është e përshtatshme për ata që e ndiejnë shumë të nxehtin gjatë verës.
Disa lyra të tjera të përbëra janë të nxehta dhe të lagështa, siç është vaji i *moringës*,[1] i cili nxirret nga farat e saj të bardha, të ngjashme me stikat. Ky lloj vaji qetëson nervat dhe ndihmon kundra njollave dhe mungesës së pigmentit në disa zona të lëkurës. Ai përthith këlbazën e trashë, zbut tejzat e thata dhe ngroh nervat. Ai pastron dhëmbët dhe i mbron ata nga prishja. Po ashtu, kushdo që e lyen kokën e fytyrën me vajin e moringës nuk preket nga fruthi ose nga plasaritjet e lëkurës. Kur je ftohur në veshka ose kur vuan nga pikimi i pakontrolluar i urinës, mund të lyesh organet gjenitale dhe ijët me këtë vaj.

Germa *Dhel*

1. **Kelkaza** (*Dharirah*)
Në dy *Sahih*-ët shënohet rrëfimi i Aishes, që tregon se, gjatë Haxhit të Lamtumirës, ajo e ka parfumosur të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.) me kelkazë, një herë para veshjes së *ihram*-it dhe herën tjetër pas veshjes së tij.
Për këtë bimë dhe dobitë e saj, kemi folur më lart (te *Trajtimi i puçrrave*).

2. **Mizat** (*Dhubab*)
Ne tashmë e kemi përmendur hadithin që vjen prej Ebu Hurejrës, që ndodhet në të dy *Sahih*-ët, i cili thotë se Pejgamberi (s.a.u.s.) urdhëroi që miza të zhytet e tëra në ushqim ose pije, nëse ajo bie mbi to, me qëllim që të përftohet antidoti që ndodhet në njërin krah të saj, antidot i cili asnjanëson helmin që gjendet në krahun tjetër të insektit.
Për dobitë e mizës kemi folur më gjerë në kapitujt e mësipërm.

3. **Ari** (*Dheheb*)

---
[1] *Moringa* - emri shkencor: *moringa oleifera* (moringa vajore).

Ebu Daudi dhe Tirmidhiu sjellin hadithin që tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.) e lejoi Arfexheh ibn Esedin, të cilit iu pre hunda gjatë betejës së Kulabit, që të vendoste në vend të saj një protezë prej ari, pasi ajo prej argjendi i ishte prishur. Arfexheh ibn Esedi, si person, është përmendur vetëm në këtë hadith.

Floriri është gëzimi i jetës në këtë botë. Ai është pasuria materiale e kësaj jete, që sjell gëzim në zemër dhe forcon këmbët e pushtetit. Ai është sekreti i Allahut në tokën e Tij.

Ari është i përshtatshëm për çdo lloj mjedisi. Ai ka një nxehtësi të ëmbël, që përdoret në mjaft receta të lehta dhe zbutëse. Ai është, gjithashtu, më i buti ndër gjithë mineralet e tjera. Nëse floririn e gropos, ai mbetet i pacenueshëm nga toka.
Si përbërës në disa ilaçe, ari ndihmon në kurimin e dobësisë së zemrës dhe të rrahjeve të shpeshta të saj që shkaktohen prej vrerit të zi. Me të mund të kurohen gjendjet e manisë, dëshpërimit, depresionit, fobisë dhe pasionit. Ai i jep yndyrë trupit, zhduk zbehtësinë dhe shkëlqen lëkurën. Floriri përdoret kundra lebrës dhe sëmundjeve të tjera, përfshirë këtu vrerin e zi.

Në tretësira që pihen apo në pomada të ndryshme, ari është një përbërës efikas për trajtimin e alopecisë (rënies së flokëve apo qimeve të trupit, pjesërisht ose tërësisht) dhe të thumbimeve helmuese. Ai, gjithashtu, qartëson dhe forcon shikimin. Ari ndihmon kundra disa sëmundjeve dhe forcon shumë organe të trupit.

Fryma e keqe (që del prej barkut) mund të largohet nëse mban në gojë një copë floriri. Ata që vuajnë nga ndonjë plagë që ka nevojë për kauterizim (djegie), dhe përdorin arin për këtë qëllim, do të kenë një shërim të shpejtë të plagës, të pashoqëruar me fshika uji. Po të përdoret si *kuhl*, ai pastron dhe forcon sytë. Nxehja e një unaze prej floriri dhe vendosja e saj mbi një krah pëllumbi, bën që ky i fundit të mësohet me shtëpinë e vet dhe të mos largohet prej andej.

Ari luan një rol të veçantë në forcimin e zemrave, prandaj ai lejohet në kohë lufte dhe paqeje, veç atëherë kur ka prova e fakte për të kundërtën. Tirmidhiu shënon një hadith që vjen nga Burejde El Asri, që thotë se: "I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) hyri (në Mekë) Ditën e Çlirimit me flori e argjend mbi shpatën e tij."

Ari është aq i dashur për zemrat e njerëzve, saqë kur ata e kanë në duar, ai i bën që t'i harrojnë të gjithë gjërat e tjera të shtrenjta të kësaj bote. Allahu thotë: "Burrave u është hijeshuar dashuria për gjërat e dëshiruara: për gratë, fëmijët, arin dhe argjendin e grumbulluar, kuajt e bukur, bagëtitë dhe arat e lëruara." [Ali Imran, 6]

Në dy *Sahih*-ët shënohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Nëse biri i Ademit (njeriu) do të kishte një luginë me flori, ai do të kërkonte një të dytë. Nëse ai do të kishte dy të tilla, do të kërkonte të tretën. Asgjë nuk e ngop barkun e birit të Ademit, përveç dheut. Allahu i faltë ata që pendohen!"

Ari është pengesa më e madhe që i del njeriut në rrugën e tij drejt suksesit në Ditën e Gjykimit. Ai është gjithashtu sendi më i madh me të cilin është kundërshtuar Allahu. Për shkak të tij, janë këputur lidhjet fisnore, është derdhur gjaku, është shkelur ligji, janë nëpërkëmbur të drejtat dhe robërit kanë dhunuar njëri-tjetrin. Ari është motivi i dashurisë pas kësaj bote dhe pas shkurtësisë së saj, dhe shkaku i mospëlqimit të ahiretit dhe asaj çfarë ka përgatitur Allahu për besimtarët e Tij. Me flori janë mbuluar shumë e shumë të vërteta, janë ngritur shumë e shumë gënjeshtra, janë mbështetur e mbështeten aq shumë njerëz të padrejtë e janë dhunuar pa arsye aq shumë njerëz të pafajshëm.

Germa *Raa*

1. **Hurmat arabe të pjekura** (*Rutab*)
Allahu i Madhëruar i tha Merjemes: "Shkunde trungun e palmës në drejtimin tënd, që të bien mbi ty hurma të pjekura të freskëta.

Kështu, ha, pi e gëzohu! Nëse vëren ndonjë njeri, i thuaj: "Unë jam betuar në të Gjithëmëshirshmin se do të agjëroj, prandaj sot nuk do të flas me askënd!" [Merjem, 25-26]

Në dy *Sahih*-ët vjen rrëfimi i Abdullah ibn Xhaferit, që thotë: "Unë e pashë të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.) që hante kastravecë me hurma të pjekura."

Ebu Daudi shënon në *Sunen*-in e tij dëshminë e Enesit, që tregon se: "I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) zakonisht e çelte iftarin me disa hurma të pjekura të freskëta; kur nuk kishte nga këto, e çelte me hurma të thata; e nëse nuk kishte as hurma të thata, e çelte me disa gllënjka ujë."

Hurmat e pjekura janë ashtu si uji, të nxehta dhe të lagështa. Ato janë të shëndetshme dhe fuqizuese për stomakun e ftohtë. Hurmat e pjekura rrisin prodhimin e spermës dhe lindshmërinë. Ato çmohen si të përshtatshme për temperamentet e ftohta dhe janë mjaft të ushqyeshme.

Hurmat e pjekura janë lloji më i mirë i frutave për medinasit, në mënyrë të veçantë, dhe për të gjithë ata popuj të vendeve ku rriten këto lloj hurmash. Ato janë tepër të dobishme për organizmin, ndonëse në stomakun e njerëzve që nuk janë mësuar me to, hurmat e pjekura prishen shpejt, duke krijuar kështu gjak të thartuar.

Ngrënia me tepri e këtyre hurmave shkakton dhembje koke, vrer të zi dhe prishje të dhëmbëve. Megjithatë, për të asnjanësuar efekte negative si këto, mund të përdoret mjalti i përzier me uthull.

Pejgamberi (s.a.u.s.) zgjidhte të parat për të çelur iftarin hurmat e pjekura të freskëta, pastaj hurmat e thata, e nëse nuk kishte as njërën dhe as tjetrën, e çelte me disa gllënjka ujë. Kjo mënyrë zgjedhjeje përmban urtësi në vetvete, sepse agjërimi e zbraz stomakun nga ushqimi, kështu që mëlçia nuk gjen energji të

mjaftueshme që t'ua përcjellë më pas organeve të tjera. Ëmbëlsirat janë ushqimi më i shpejtë që arrin në mëlçi dhe më të pranueshmet prej këtij organi, sidomos kur kemi të bëjmë me hurma të pjekura. Këto të fundit "pëlqehen" edhe më tepër nga mëlçia, e cila ushqehet dhe përfiton vetë e para, e pastaj ua tejçon këto dobi organeve të tjera.

Nëse nuk gjen hurma të pjekura të freskëta, duhet të zgjedhësh hurmat e thata, sepse ato janë të ëmbla dhe të ushqyeshme. E nëse nuk ka as të tilla, atëherë pi ca hurba ujë, të cilat do të shuajnë nxehtësinë e stomakut dhe të agjërimit. Në këtë mënyrë, stomakut i hapet oreksi, duke u zgjeruar e duke u bërë gati për të pritur (e tretur) ushqimin.

2. **Mërsina/borziloku** (*Rejhan*)

Allahu thotë: "Kështu, nëse ai (në agoni) është nga ata që janë të afërt (me Allahun), do të ketë prehje, *rejhanun* dhe dhunti të Xhenetit." [Uakia, 88-89]

Ai thotë gjithashtu: "…ka drithëra me gjethe e kërcej dhe bimë me erë të mirë (*rejhan*)." [Rrahman, 12]

Muslimi sjell këtë hadith nga Pejgamberi (s.a.u.s.): "Nëse dikujt i ofrohet një *rejhan*, nuk duhet ta refuzojë, sepse ai është i lehtë për t'u mbajtur dhe ka aromë të mrë."

Ibn Maxhe, në *Sunen*-in e tij, sjell rrëfimin e Osamas, se Pejgamberi (s.a.u.s.) tha njëherë: "A ka ndonjë që është gati të hyjë në Xhenet, se Xheneti është i tëri i mirë. Për Zotin e Qabes, ai është dritë llamburitëse, *rejhan* vezullues, pallat madhështor, lumë që rrjedh gjithmonë, hurmë e pjekur dhe grua mahnitëse. Ai ka shumë dhoma, strehë e përjetshme në një vend të mirë, ka fruta, perime, komoditet dhe begati, në një banesë të lartësuar e mjaft të rehatshme." Ata (të pranishmit) u përgjigjën: "Po, o i Dërguari i Allahut, ne jemi gati për të!" Ai u tha: "Thoni: 'Me lejen e Allahut'!" E ata thanë: "Me lejen e Allahut!"

Çdo bimë që ka aromë të mirë quhet (në arabisht) *rejhan*. Ja përse në çdo krahinë mund të gjesh bimë të ndryshme me këtë emër. Për

shembull, njerëzit që banojnë në perëndim, po ashtu edhe arabët, i quajnë bimët aromatike *rejhan*. Në Irak dhe Sham, *rejhan* quhet lulja *hibk* (një lloj mendre).

Mërsina (një lloj *rejhan*-i) është e ftohtë në shkallë të parë dhe e thatë në shkallë të dytë. Ajo përbëhet nga disa cilësi, shumica e të cilave kanë të përbashkët esencën e ftohtë tokësore. Mërsina përbëhet, gjithashtu, nga një substancë e butë dhe e nxehtë.

Kjo bimë e than kokën me butësi. Ajo është efikase në krijimin e një gjendjeje kapsi, duke parandaluar diarrenë vrerike. Nëse thith aromën e mërsinës, ajo largon avujt e nxehtë dhe të lagësht të organizmit. Aroma e saj qetëson zemrën dhe parandalon sëmundje të ndryshme, sidomos po ta shpërndash bimën nëpër të gjithë shtëpinë.

Mbështjellja e dy uretrave me mërsinë shëron tumoret që shfaqen në to. Rrjedhja e gjakut nga hundët mund të ndalohet duke grirë gjethet e mërsinës, duke i përzier me uthull e duke i vendosur ashtu mbi kokë. Po të shtypësh gjethet e thata të saj dhe t'i hedhësh mbi lungat e lagështa, i shëron ato. Përdorimi i saj si kompresë gjallëron organet e ligështa, shëron gishtërinjtë e infektuar dhe puçrrat e lungat që dalin në duar e këmbë.

Për të asgjësuar djersën, për të tharë lagështirën e tepërt dhe për të hequr erën e rëndë të sqetullave, fërkoje lëkurën me mërsinë. Me ujin ku është zier mërsina mund të kurosh infeksionet në vithe ose në vaginë, nëse qëndron ulur në një vaskë që është mbushur me këtë ujë; ndërsa po ta hedhësh mbi vendin e lënduar, shëron nyjet (kockore) e dobësuara dhe eshtrat e thyera.

Mërsina lufton zbokthin, ulcerat e lagështa dhe puçrrat që shfaqen në kokë. Ajo ndalon rënien e flokëve dhe u jep një ngjyrë të zezë atyre. Gjethet e mërsinës, të grira me pak ujë dhe të përziera me vaj ose esencë trëndafili, të përdorura si kompresë, shërbejnë kundra ulcerave të lagështa, zjarrthit në gojë, erizipelës (të kuqtë e madh), tumoreve akute, urtikaries dhe hemorroideve.

Farat e mërsinës shërbejnë si ilaç në rastet e hemoptisës (gjendjes kur përshtyn gjak). Ajo mbështjell stomakun, nuk e dëmton gjoksin ose barkun, por i pastron ata. Mërsina ndihmon kundra diarresë dhe kollës, veti kjo që e bën të rrallë këtë bar, në krahasim me të tjerët. Farat e saj shtojnë urinimin dhe shërojnë infeksionet e fshikëzës urinare, picikimet e merimangës dhe të akrepit. Pavarësisht nga këto, rrënjët e mërsinës nuk duhet të përdoren për pastrimin e dhëmbëve, sepse janë të dëmshme për ta.

Rejhan-i persian, i cili quhet ndryshe *hibk* (një lloj mendre), është i nxehtë. Thithja e aromës së tij ndihmon kundra dhembjeve të nxehta të kokës. Thuhet, gjithashtu, se ky lloj *rejhan*-i është i ftohtë, por duket se ai ka diçka nga të katër vetitë themelore. Ai shërben edhe si gjumëndjellës për sytë.
Farat e *rejhan*-it persian ndërpresin diarrenë vrerike, qetësojnë stomakun, forcojnë zemrën dhe janë ilaç për sëmundjet që shkaktohen prej vrerit të zi.

3. **Shega** (*Rumman*)
Allahu thotë: "Atje do të ketë fruta, palma hurmash dhe shegë." [Rrahman, 68] Ndërsa nga Aliu përcillet se ka thënë: "Hajeni shegën me tulin e saj, sepse ju mbështjell stomakun."
Shega e ëmbël është e nxehtë dhe e lagësht. Ajo është e shëndetshme për stomakun dhe forcuese për të. Shega ndihmon, gjithashtu, në përmirësimin e procesit të jashtëqitjes. Ajo është e mirë për fytin, gjoksin dhe mushkëritë, si edhe një qetësuese për kollën.

Lëngu i shegës zbut stomakun dhe është i ushqyeshëm për trupin. Ajo tretet shpejt, sepse është e lehtë dhe krijon në stomak jo vetëm nxehtësi, por edhe ajër. Ajo ndihmon në shtimin e spermës, por nuk këshillohet për ata që vuajnë nga ethet. Shega ka një cilësi të veçantë: nëse ha bukë me të, ajo parandalon prishjen e bukës në stomak.

Shega e hidhur është e ftohtë dhe e thatë. Ajo është e mirë për stomakun e mbinxehur dhe ndihmon në shtimin e urinës më tepër sesa llojet e tjera të shegëve. Ajo lehtëson pasojat e vrerit, ndërpret diarrenë dhe parandalon vjelljet. Ajo largon nxehtësinë në mëlçi, fuqizon organet, kuron dridhjet vrerike, dhembjet në zemër dhe në krye të stomakut. Shega ndihmon nxjerrjen e mbeturinave prej stomakut, asgjëson vrerin dhe ushqen gjakun.

Po ta ziesh lëngun e shegës me një sasi të caktuar mjalti, derisa të bëhet diçka si pelte apo krem, dhe të përdoret me pika në sy, ajo largon ngjyrën e verdhë dhe lagështinë e tepërt prej syrit. Nëse lyen trysat e dhëmbëve me të, ajo kuron zjarrthin.

Lëngu i shegës bashkë me lëvoren e saj veprojnë si laksativ. Ato pastrojnë trupin nga lëngjet vrerike të dëmshme, ashtu siç janë ilaç edhe në rastet e etheve afatshkurtra.
Për sa i përket shegës së thartë, vetitë e saj qëndrojnë mes dy llojeve të tjera që përmendëm më lart, ndonëse ajo anon më tepër nga cilësia e të thartës.

Farat e shegës, të përziera me mjaltë, kurojnë gishtat e infektuar dhe lungat e qelbëzuara, ndërsa lulet e saj ndihmojnë në shërimin e plagëve. Thuhet se po të gëlltisësh tri lule shege në vit, je i mbrojtur nga oftalmia (ose konjuktivitisi) gjatë gjithë atij viti.

Germa *Za*

1. **Vaji i ullirit** (*Zejt*)
Allahu i Madhëruar thotë: "…Ajo (llamba) ndizet nga druri i bekuar i ullirit, as lindor, as perëndimor, vaji i të cilit (i ullirit) shkëlqen edhe pa e prekur zjarri." [Nur, 35]
Tirmidhiu dhe Ibn Maxhe sjellin hadithin e Ebu Hurejrës, që tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Përdoreni vajin e ullirit në ushqimet tuaja dhe lyhuni me të, sepse ai del prej një peme të bekuar."

Bejhakiu dhe Ibn Maxhe shënojnë hadithin tjetër prej Abdullah ibn Omerit, sipas të cilit Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Hajeni vajin e ullirit dhe përdoreni atë për t'u lyer, sepse ai është prej një peme të bekuar."

Vaji i ullirit është i nxehtë dhe i lagësht në shkallë të parë. Sidoqoftë, cilësitë dhe vetitë e vajit varen nga pema që e prodhon atë. Për shembull, vaji më i mirë është ai që del nga shtrydhja e ullinjve të pjekur, ndërsa vaji i ullinjve të papjekur është i ftohtë dhe i thatë. Ullinjtë e kuq prodhojnë një lloj vaji që gjendet mes dy të parëve (për nga cilësitë), ndërsa ullinjtë e zinj nxjerrin vaj të nxehtë dhe të lagësht.

Vaji i ullirit vepron kundra helmeve, shërben si laksativ dhe pastron trupin nga krimbat. Vaji i ullirit të vjetër anon më tepër nga të qenit i nxehtë dhe dekompozues. Kur vaji i ullirit përzihet me ujë, ai bëhet më pak i nxehtë, më i butë e, rrjedhimisht, më i dobishëm. Çdo lloj vaj ulliri zbut lëkurën dhe ngadalëson procesin e plakjes. Uji me kripë, i përzier me vaj, parandalon krijimin e fshikave në lëkurën e djegur. Ai forcon, gjithashtu, edhe trysat e dhëmbëve.

2. **Gjalpi** (*Zubd*)

Në *Sunen*-in e Ebu Daudit shënohet ky rrëfim i dy fëmijëve të Busrit: "Kur i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) bujti në shtëpinë tonë, ne i nxorëm për të ngrënë ca gjalpë dhe hurma të thata, pasi ai e pëlqente gjalpin dhe hurmat arabe të thata."

Gjalpi është i nxehtë dhe i lagësht. Prej tij ka shumë dobi, si, për shembull, pjekja e mbeturinave të trupit (jashtëqitjes) dhe dekompozimi i tyre, kurimi i lythëve që dalin afër veshëve apo uretrave (tubat që lidhin veshkën me fshikëzën urinare).

Gjalpi i përdorur veçmas shëron zjarrthin në gojë dhe lloje të tjera në puçrrave që prekin fëmijët dhe gratë. Lëpirja e gjalpit ndihmon kundra hemoptisës dhe pjek lungat që dalin në mushkëri.

Gjalpi zbut natyrën (e njeriut), nervat dhe tumoret e forta që krijohen nga vreri i zi dhe këlbaza. Ai kundërvepron, gjithashtu, ndaj thatësirës në trup. Për fëmijët e vegjël, lyerja e trysave me gjalpë ndihmon në daljen dhe rritjen e shpejtë të dhëmbëve. Gjalpi zbut kollën që shoqëron gjendjen e të ftohurit dhe të thatësirës. Ai shëron urdhjet dhe acarimet që krijohen në organizëm, por vepron edhe si laksativ. Gjalpi pakëson oreksin dhe ëmbëlsinë e mjaltit e të hurmave.

Urtësia e veprimit të Pejgamberit (s.a.u.s.), që hante hurma të thata me gjalpë, është se këta artikuj asnjanësojnë efektet e njëri-tjetrit.

3. **Stafidhet** (*Zebib*)
Lloji më i mirë i rrushit të thatë është ai që ka kokrrat më të mëdha, më të fryra, dhe që ka lëkurë të hollë e fara të vogla. Ai është i mirë sidomos kur i hiqen farat para se të hahet.
Stafidhet janë të nxehta dhe të lagështa në shkallë të parë, ndërsa bërthamat e tyre janë të ftohta dhe të thata.

Stafidhet kanë të njëjtat karakteristika me llojin e rrushit nga i cili ato janë bërë. Kështu, stafidhet e ëmbla janë të nxehta, të thartat janë të ftohta dhe kapsuese (që shkaktojnë kaps), ndërsa stafidhet e bardha janë kapsuese më të forta.

Rrushi i thatë është i dobishëm për rrugët e frymëmarrjes. Ai qetëson kollën dhe dhembjet e mëlçisë e të prostatës. Ai forcon stomakun dhe qetëson barkun.

Stafidhet janë më të ushqyeshme se rrushi, por më pak të ushqyeshme se fiqtë e thatë. Stafidhet kanë cilësi pjekëse dhe janë kapsuese mesatare. Ato, në përgjithësi, forcojnë stomakun, shpretkën dhe mëlçinë. Prej tyre përfitojnë gurmazi, kraharori, mëlçia dhe prostata.

Stafidhet janë të këshillueshme të hahen pa fara. Ashtu janë tepër të ushqyeshme dhe nuk shkaktojnë bllokime, siç ndodh me

hurmat. Megjithatë, në qoftë se i ha bashkë me farat, shton masën e vlerave ushqimore, nga e cila përfitojnë stomaku, mëlçia dhe shpretka.

Vendosja e stafidheve mbi thonjtë e lëvizshëm i heq menjëherë këta të fundit. Nga stafidhet e ëmbla dhe pa fara kanë dobi ata që vuajnë nga lagështia dhe këlbaza e tepërt; ato janë të mira edhe për mëlçinë.

Stafidhet ndihmojnë, gjithashtu, për rritjen e kujtesës apo të aftësisë për të mbajtur mend, siç ka thënë Zuhriu: "Kush synon të mësojë dhe të mbajë mend sa më shumë hadithe duhet të hajë stafidhe." Ndërsa nga Ibn Abasi përcillet se ka thënë për stafidhet: "Farat e tyre janë sëmundje, kurse tulin e kanë ilaç."

4. **Xhenxhefili** (*Zenxhebil*)
Allahu i Madhëruar thotë: "Aty do të pinë gota me pije të përzier me xhenxhefil…" [Insan, 17]

Ebu Naimi, në librin e tij për mjekësinë e Pejgamberit (s.a.u.s.), shkruan se Ebu Said El Hudriu ka thënë: "Njëherë, Mbreti bizantin i dërgoi Pejgamberit (s.a.u.s.) si dhuratë një qyp me xhenxhefil turshi. Pejgamberi (s.a.u.s.) i dha secilit sahab pak nga ky ushqim, duke më përfshirë edhe mua."

Xhenxhefili është i nxehtë në gradë të dytë dhe i lagësht në gradë të parë. Ai nxeh trupin, ndihmon procesin e tretjes, zbut mesatarisht stomakun, ndihmon në hapjen e bllokimeve të mëlçisë, që shkaktohen nga e ftohta dhe lagështia, dhe lufton lagështinë që shkakton dëmtim të shikimit, nëse hahet ose përdoret si *kuhl*. Xhenxhefili rrit fuqinë seksuale dhe shpërbën gazrat e ngjeshur që mblidhen në zorrë dhe në stomak.

Kjo bimë, në përgjithësi, është e mirë për temperamentin e ftohtë të mëlçisë dhe stomakut. Xhenxhefili, i shoqëruar me dy masa sheqer dhe pak ujë të nxehtë, vepron si laksativ dhe pastron trupin

nga substancat e dëmshme. Ai është një përbërës kryesor dhe efikas në pomadat që përdoren për shkrirjen e këlbazës.

Xhenxhefili i thartë është i nxehtë dhe i thatë. Ai rrit epshin, shton prodhimin e spermës, nxeh stomakun dhe mëlçinë, ndihmon procesin e tretjes, përthan këlbazën që është me tepri në organizëm dhe forcon kujtesën. Ai është i përshtatshëm për ftohtësinë në mëlçi dhe stomak, dhe asnjanëson efektet negative të konsumit të frutave. Ai është aromatik dhe parandalon të keqen që mund të vijë prej ushqimeve të forta dhe të ftohta.

Germa *Sin*

1. **Fshikarta** (*Senna*)
Senna-n (fshikartën) e kemi përmendur edhe më parë (te *Sëmundja e kapsllëkut*). Atje kemi folur edhe për *sennutin.*
Për kuptimin e fjalës *sennut* janë dhënë edhe shtatë mendime të tjera. Sipas njërit prej tyre, *sennut* quhet mjalti. Një mendim i dytë thotë që është ajka e gjalpit. Të tjerë thonë që ashtu quhet qimnoni persian ose disa fara që ngjajnë me qimnonin. Por ka edhe që mendojnë se *sennuti* është vetë kopra, ashtu siç mendojnë se flitet për hurmat e thata ose për maraqin.

2. **Ftoi** (*Seferxhel*)
Ftoi është i ftohtë dhe i thatë. Ai është kapsues, por i dobishëm për stomakun. Ftoi i ëmbël është i ftohtë dhe i thatë, paksa mesatar. Ftoi i thartë është më tepër kapsues se ftoi i ëmbël, më i ftohtë, gjithashtu, dhe më i thatë.

Të gjithë llojet e ftonjve të shuajnë etjen, ndërpresin të vjellat, ndihmojnë në shtimin e urinës dhe krijojnë kapsllëk. Ftoi shërben për kurimin e ulcerave të stomakut, hemoptisës (të pështyrit gjak), diarresë dhe gjendjes së të përzierit. Ai parandalon ngjitjen lart të gazrave, nëse e ha pas ushqimit. Hiri i gjetheve të lara dhe i

bishtave të ftoit është i ngjashëm me zinkun, për nga vlerat që kanë.

Ngrënia e ftonjve para ushqimit krijon kapsllëk, ndërsa pas ushqimit e zbut jashtëqitjen dhe ndihmon në procesin e tretjes. Konsumi i tyre me tepri dëmton nervat dhe shkakton kapsllëk të dhembshëm. Ftonjtë ndihmojnë në largimin e vrerit të verdhë prej stomakut.

Ftoi i pjekur në zjarr është më i butë, si në aspektin e ngrënies, ashtu edhe në atë të vetive të tij. Po të heqësh farat e ftoit, t'i përziesh me mjaltë, t'i fusësh në brumë, pastaj t'i pjekësh nën hi të nxehtë, ka për t'u formuar një ilaç shumë i mirë.

Ftoi më mirë hahet i pjekur ose i gatuar me mjaltë. Farat e tij shërbejnë për rastet e thatësisë në fyt e në rrugët e frymëmarrjes, por edhe për sëmundje të tjera. Vaji i tij ndalon djersitjen dhe forcon stomakun. Ndërsa reçeli i ftoit forcon stomakun dhe mëlçinë, dhe qetëson zemrën e shpirtin.

3. **Misvaku** (*Sivak*)
Në dy *Sahih*-ët shënohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Sikur të mos druhesha se umeti im do të ngarkohej me diçka që nuk do të mund ta mbante, do t'i kisha urdhëruar që ta përdornin misvakun para çdo namazi."

Po në dy *Sahih*-ët thuhet se: "Sa herë që Pejgamberi (s.a.u.s.) zgjohej natën, e pastronte gojën me misvak."
Buhariu sjell një hadith tjetër, sipas të cilit Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Misvaku pastron gojën dhe kënaq Allahun."
Muslimi nga ana e tij shënon hadithin që tregon se: "Pejgamberi (s.a.u.s.), sa herë që hynte në shtëpi, gjëja e parë që bënte ishte përdorimi i misvakut."

Ka një mori hadithesh që flasin për këtë temë. Në njërin prej tyre, që është autentik, thuhet se pikërisht pak para se të ndërronte jetë, Pejgamberi (s.a.u.s.) përdori misvakun. Ai (s.a.u.s.) tha: "Ju kam

shqetësuar duke ju nxitur shpesh e shpesh që të përdorni misvakun.”

Misvaku më i mirë është ai prej drurit *arak*. Është e këshillueshme që ai të mos bëhet prej pemëve të panjohura, se mund të jenë edhe helmuese. Misvaku nuk duhet të jetë shumë i fortë, sepse ashtu mund të dëmtojë smaltin, duke bërë që dhëmbët të jenë të shfaqur ndaj avujve apo gazrave të nxehtë që dalin nga stomaku, ose ndaj çdo lloj papastërtie tjetër. Përdorimi me masë i misvakut pastron dhëmbët, forcon rrënjët e tyre, i jep shëndet gjuhës, parandalon krijimin e gurëzave, i jep gojës (frymës) erë të këndshme, qartëson të menduarit dhe rrit oreksin.

Mënyra më e mirë e mbajtjes së misvakut është duke e futur atë në ujë trëndafili, ndërsa lloji më i mirë i tij bëhet me degëza arre. Autori i *El Tejsir*-it thotë: “Thuhet se po ta përdorësh misvakun një herë në çdo pesë ditë, ai të pastron kokën nga brenda, të mpreh shqisat dhe shkathtëson mendjen.”

Misvaku është i dobishëm për shumë arsye, si, për shembull, era e këndshme që i jep gojës, forcimi i trysave, pastrimi i këlbazës dhe i shikimit, si dhe parandalimi i kaviteteve. Ai ruan shëndetin e stomakut, qartëson zërin, ndihmon procesin e tretjes, e bën të folurën më të zhdërvjellët, të nxit për leximin e Kuranit, për përmendjen e Allahut dhe për të bërë sa më shumë lutje. Misvaku largon përgjumjen, kënaq Allahun dhe engjëjt dhe shton veprat e mira.

Përdorimi i misvakut është i pëlqyeshëm në çdo kohë, por në mënyrë të veçantë përpara namazit, abdesit, kur zgjohesh nga gjumi ose kur goja mban erë të rëndë, dhe për ata që janë duke agjëruar. Megjithatë, ai është i preferueshëm për të gjithë njerëzit, në çdo çast të ditës.

Ka hadithe që e lejojnë përdorimin e misvakut gjatë agjërimit, sepse është i dobishëm për atë që agjëron dhe sepse ashtu kënaqet Allahu. Të kënaqësh Allahun kur je me agjërim është më e

vlefshme se në gjendjet e tjera. Nga ana tjetër, misvaku pastron gojën, dhe pastërtia për agjëruesin është një nga veprat e tij më të mira.

Në *Sunen* shënohet se Amir ibn Rabiah ka thënë: "Unë e kam parë të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.) në disa raste duke përdorur misvakun, teksa ishte me agjërim."

Buhariu sjell hadithin që përcillet prej Ibn Omerit, i cili tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.) e përdorte misvakun në dy skajet e ditës.
Ka një mendim unanim, që thotë se agjëruesi mund ta shpëlajë gojën kur është duke marrë abdes, dhe shpëlarja e gojës me ujë është një detyrim më i madh sesa përdorimi i misvakut. Po ashtu, Allahu nuk ka bërë ndonjë lejim që njerëzit ta adhurojnë Atë me një gojë që u lëshon erë të rëndë, e as nuk e ka bërë këtë një akt adhurimi. Kur Pejgamberi (s.a.u.s.) tha se era e gojës së agjëruesit është më e mirë për Allahun sesa aroma e myshkut, ai donte që të jepte një nxitje për veprën e agjërimit, e jo që të lejonte erën e rëndë të gojës. Për këtë arsye, agjëruesit i nevojitet misvaku më shumë se çdokujt tjetër. Gjithashtu, dihet se kënaqësia e Allahut (për pastërtinë e gojës) është më e mirë se parapëlqimi i Tij për erën e gojës së agjëruesit.

Po ashtu, misvaku nuk e pengon erën e këndshme që Allahu do të krijojë në gojën e agjëruesit Ditën e Ringjalljes. Përkundrazi, kjo gojë do të kundërmojë atë ditë një aromë më të mirë se era e myshkut, si rezultat i agjërimit të atij personi, pavarësisht se misvaku i përdorur ia ka hequr erën e rëndë të gojës në këtë jetë. Në të njëjtën mënyrë, kush merr një plagë (në rrugë të Allahut) është i urdhëruar që ta kurojë atë në këtë jetë, por plaga e tij përsëri do të jetë e gjakosur Ditën e Gjykimit.
Përveç këtyre fakteve, sido që të jetë, misvaku nuk e largon plotësisht erën e gojës së agjëruesit; ajo mbetet pak, pasi stomaku vazhdon të jetë bosh.

Pejgamberi (s.a.u.s.) i mësoi umetit të tij veprat e pëlqyeshme dhe të urryera që shoqërojnë agjërimin. Ai nuk e përmendi përdorimin

e misvakut ndër veprat e urryera, ndonëse ishte i vetëdijshëm se njerëzit e përdornin atë. Përkundrazi, ai i nxiste që ta përdornin atë, madje edhe njerëzit e kanë parë shpeshherë Pejgamberin (s.a.u.s.) me misvak në gojë, kur dihej se detyra e tyre ishte të vepronin njëlloj si ai. Asnjëherë nuk ndodhi që ai t'ua ndalonte misvakun në prag të iftarit, duke ditur që Pejgamberi (s.a.u.s.) e kishte detyrë që të shpallte një rregull a një ligj fetar pikërisht atëherë kur qe e nevojshme.

4. **Gjalpi i shkrirë** (*Semn*)
Ekziston një hadith i dobët, sipas të cilit, Pejgamberi (s.a.u.s.) i ka nxitur muslimanët të pinë qumësht lope, sepse ai është ilaç dhe sepse gjalpi i shkrirë i atij qumështi është gjithashtu kurues, ndërkohë që mishi i lopës është sëmundje. Vargu i përcjellësve të këtij hadithi nuk është autentik.

Gjalpi i shkrirë i qumështit të lopës (*semn*) është i nxehtë dhe i lagësht në gradë të parë. Ai nuk është i fortë dhe ndihmon në asgjësimin e lungave që prekin indet e buta të trupit. Si faktor pjekës, *semn*-i është më i fortë se gjalpi jo i tretur. Galeni thotë se e ka përdorur atë për të kuruar lythët që dalin në vesh dhe në majë të hundës. Nëse trysat lyhen me *semn*, kjo ndikon që dhëmbi të dalë më shpejt.

Gjalpi i përzier me mjaltë dhe bajame të hidhura pastron mushkëritë dhe shëron disa lloj sëmundjesh. Megjithatë, gjalpi i shkrirë është i dëmshëm për stomakun, sidomos kur njeriu vuan nga këlbaza.

Gjalpi i tretur i lopës ose i dhisë, i përzier me mjaltë, ndihmon kundra lëndëve toksike dhe kafshimeve të gjarprit apo thumbimeve të akrepit. Ibn Sunni tregon se Aliu ka thënë që njerëzit nuk kanë ilaç më të mirë se gjalpi i tretur.

5. **Peshku** (*Samek*)
Imam Ahmedi dhe Ibn Maxhe sjellin hadithin e përcjellë prej Abdullah ibn Omerit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Neve na

janë lejuar dy lloje kafshësh të ngordhura dhe dy lloje gjakrash: peshqit me karkalecat (nga kafshët), dhe mëlçia me shpretkën (nga gjakrat).”

Peshqit janë të shumëllojshëm. Më të mirët e tyre janë ata më të shijshmit, më kundërmuesit, me madhësi mesatare, me pak hala, me mish të butë, që jetojnë në ujëra të ëmbla që rrjedhin mbi guralecë, e të cilët ushqehen me bimë e jo me mbeturina organike. Ujërat më të mira për peshqit (e parapëlqyer për t'u ngrënë) janë ujërat e ëmbla që rrjedhin në shtretër shkëmborë, pastaj ato që kalojnë në shtretër ranorë ku nuk derdhen mbeturina, që kanë temperaturë mesatare dhe që i rreh era e dielli.

Peshqit e detit janë gjithashtu të butë dhe të shijshëm. Mishi i peshkut të detit që ka lëkurë të butë është i ftohtë dhe i lagësht, i vështirë për t'u tretur dhe prodhon sasi të tepërta këlbaze. Megjithatë, ai krijon një temperament të pranueshëm, rrit prodhimin e spermës dhe pjellorinë, ashtu siç zbut gjendjet e nxehta.

Lloji më i mirë i peshkut të kriposur është ai që sapo është bërë i tillë. Peshku i kriposur është i nxehtë dhe i thatë. Sa më shumë të kalojë në këtë gjendje, aq më tepër i nxehtë dhe i thatë bëhet ai. Siluridi (peshk i ngjashëm me mustakun) është mjaft veshtullor, dhe çifutët nuk e hanë këtë lloj peshku. Sidoqoftë, mishi i tij zbut stomakun, e kur është i kripur dhe i ruajtur ashtu për njëfarë kohe, ai pastron rrugët e frymëmarrjes dhe kthjellon zërin. Ndërsa i bluar dhe i përdorur si krem i jashtëm, ai heq mbeturinat që grumbullohen brenda në organizëm, pasi ka vetinë që i pastron lëndë të tilla.

Qëndrimi në ujin e kripur ku është mbajtur siluridi shëron lungat e sapoformuara dhe i nxjerr lëndët e këqija në sipërfaqe (të lëkurës). Uji i kripur i siluridit përdoret edhe për të kuruar nervin shiatik.

Pjesa më e mirë e mishit të peshkut është ajo afër bishtit, ndërsa pjesët e tjera kanë më tepër tul e dhjamë.
Në dy *Sahih*-ët gjendet ky rrëfim i Xhabir ibn Abdullahit: "Pejgamberi (s.a.u.s.) na dërgoi treqind kalorës nën komandën e Ebu Ubejde ibn Xherrahut. Ne shkuam në bregdet, por shpejt na kapi uria, aq sa po hanim gjethe peme. Pas njëfarë kohe, deti nxori një balenë, të quajtur *anbar*. Me mishin e saj ne u ushqyem rreth dy javë, kurse dhjamin e përdorëm si lyrë për ushqimet e tjera. Pastaj, Ubejde mori një brinjë të balenës dhe i tha një burri që të hipte në deve, e ashtu hipur siç ishte, të kalonte nën brinjë; dhe burri e bëri këtë me lehtësi."

6. **Gjethet e rrepës zvicerane** (*Silk*)
Timidhiu dhe Ebu Daudi shënojnë se Ummu Mundhiri ka treguar: "Njëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) na erdhi për vizitë bashkë me Aliun (r.a.), i cili ende s'e kish marrë veten nga një sëmundje. Aty u ndodhën disa kalavesha me hurma. Pejgamberi (s.a.u.s.) nisi të hante hurma, e po kështu edhe Aliu (r.a.). Por i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) iu drejtua Aliut (r.a.) dhe i tha: "Mjaft, mjaft! Ti ende s'e ke marrë veten mirë!" Këtë ia tha disa herë, derisa Aliu (r.a.) nuk hëngri më. Për këtë arsye, unë përgatita pak elb me gjethe të ziera *silk*-u (rrepë zvicerane, me gjethe si të spinaqit). Kësaj radhe, Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha Aliut (r.a.): "Haje këtë ushqim, sepse është më i mirë për ty!"

Kjo bimë është e nxehtë dhe e thatë në gradë të parë, por përmban edhe një ftohtësi të lehtë brenda. Ajo shkrin dhe hap bllokimet. Lëngu i rrepës së zezë sjell kapsllëk dhe ndihmon kundra alopecisë, puçrrave, zbokthit dhe lythëve, nëse përdoret si ilaç i jashtëm. Ai, gjithashtu, mbyt morrat, por mund të përdoret si pomadë edhe kundra urdhjes, nëse përzihet me mjaltë. *Silk*-u hap bllokimet në mëlçi dhe në shpretkë.

Silk-u i zi shkakton kapsllëk, siç e thamë më lart, sidomos kur hahet me thjerrëza, pasi që të dyja nuk janë të përshtatshme për stomakun.

Rrepa e bardhë, nga ana tjetër, e shoqëruar me thjerrëza, e zbut stomakun dhe shërben si laksativ. Ajo përdoret për të trajtuar hemiplegjinë (paralizën që prek gjymtyrët e njërës anë të trupit), nëse përzihet me disa mëlmesa ushqimore. Ajo nuk është e ushqyeshme, krijon përzierje të dëmshme dhe djeg gjakun. Megjithatë, nëse shoqërohet me uthull dhe sinap, këto efekte anësore mund të shmangen. Së fundmi, ngrënia me tepri e saj shkakton gazra dhe kapsllëk.

Germa *Shin*

1. **Qimnoni i zi** (*Shuneiz*)
Për qimnonin e zi (ose farën e zezë) kemi folur më lart, te Germa *Haa*.

2. **Qumështoreja** (*Shubrum*)
Tirmidhiu dhe Ibn Maxhe sjellin hadithin që tregon se i Dërguari i Allahut pyeti Esma bintu Umejsin: "Si e trajton ti kapsllëkun?" Ajo u përgjigj: "Përdor bimën e qumështores (ose rryellit)." Ai ia ktheu: "Ajo është tepër e nxehtë dhe laksativ mjaft i fortë."
Shubrum-i është një bimë e vogël, që ndonjëherë arrin lartësinë e një njeriu. Ajo ka degë të kuqe, me ca të bardhë, në majë të të cilave del një tufë me gjethe. Lulet e saj janë të vogla e të verdha, me pak të bardhë.

Qumështoreja është e nxehtë dhe e thatë në gradë të katërt. Ajo asgjëson vrerin e zi, vrerin e verdhë dhe këlbazën. Megjithatë, ajo shkakton turbullim stomaku dhe gjendje ankthi, madje po të teprohet me të, ajo mund të shkaktojë edhe vdekje. Është e këshillueshme që qumështoreja të futet dhe të mbahet në qumësht për një ditë-natë përpara përdorimit, ndërkohë që ky qumësht duhet të ndërrohet dy ose tri herë gjatë ditës. Pasi bima thahet në

hije, përzihet me trëndafila dhe urithje,[1] e pastaj hahet e shoqëruar me mjaltë të holluar ose lëng rrushi.
Duhet të përmendim këtu se Hunejni ka thënë: "Për sa i përket qumështit të *shubrum*-it, unë nuk shoh ndonjë të mirë prej tij, prandaj nuk e rekomandoj atë. Mjekë të rëndomtë (të paaftë) kanë vrarë shumë njerëz me të."

3. **Elbi** (*Shair*)
Ibn Maxhe sjell në librin e tij këtë rrëfim të Aishes: "Kur sëmurej ndonjë pjesëtar i familjes së të Dërguarit të Allahut (s.a.u.s.), ai urdhëronte që të gatuhej supë me elb, ndërsa i sëmuri urdhërohej që ta hante atë. Pejgamberi (s.a.u.s.) thoshte: "Ajo (supa me elb) forcon zemrën e të pikëlluarit dhe qetëson zemrën e të sëmurit, njëlloj sikur ndonjëri prej jush të lajë papastërtinë e fytyrës së vet me ujë."

Ne e kemi sqaruar edhe më lart se ky hadith flet për lëngun e elbit të zier, i cili është më i ushqyeshëm sesa mielli i tij. Lëngu i elbit ndihmon kundra kollës dhe skuqjes së fytit, qetëson sekrecionet e tepërta e të acaruara, shton urinimin, pastron stomakun, shuan etjen dhe largon të nxehtit. Ai i jep qetësi trupit dhe ka veti dekompozuese.

Për të arritur këto rezultate, një mase elbi të cilësisë së mirë i shtohen pesë masa ujë, hidhen ashtu bashkë në një enë dhe vendosen në zjarr jo të fortë, në mënyrë që të ziejnë ngadalë, derisa në enë të kenë mbetur vetëm dy të pestat e masës fillestare. Më pas, kjo supë e përgatitur kullohet, duke u bërë gati për përdorim.

4. **Mishi i pjekur** (*Shiva*)
Allahu thotë për rastin kur Ibrahimit i bujtën mysafirët e nderuar: "…dhe ai nxitoi që t'i kënaqte ata me një viç të pjekur." Ibrahimi (a.s.) e kishte pjekur mishin në prush.

---

[1] Urithja është një shkurre e vogël me gjethe të ashpra e me qime, që e kanë bishtin me gjemba; me lule të verdha ose të bardha në trajtë vileje (shën. i përkth.).

Tirmidhiu shënon se Ummu Selemeja ka thënë se, njëherë, ajo i solli Pejgamberit (s.a.u.s.) një thelë mishi të pjekur, të cilën ai e hëngri dhe, më pas, u ngrit të falte namaz, pa marrë abdes. Sipas Tirmidhiut, ky është një hadith autentik.
Ai sjell edhe një rrëfim të Abdullah ibn Harithit, që thotë: "Ne hëngrëm mish të pjekur me të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.) brenda në xhami."

I njëjti autor (Tirmidhiu) sjell në librin e tij tregimin e Mugira ibn Shubes, që thotë: "Kur isha një natë mysafir i të Dërguarit të Allahut (s.a.u.s.), ai urdhëroi që t'i piqnin pak mish, për të cilin mori një thikë dhe nisi të priste një copë për mua. Pastaj erdhi Bilali që të thërriste ezanin, kurse Pejgamberi (s.a.u.s.) e la thikën dhe pyeti: "Si është puna me të?"
Mishi më i mirë i pjekur është ai i deles njëvjeçare, pastaj ai i deles së majme. Ky lloj mishi është i nxehtë dhe i lagësht, krijon vrer të zi, por është ushqimi më i ushqyeshëm si për të shëndetshmit, edhe për ata që janë të sëmurë ose në shërim e sipër.
Mishi i zier është më i mirë, më i lehtë për stomakun dhe ka më tepër lagështi. Mishi i skuqur është më pak i shëndetshëm, ndërsa më i keqi është mishi i tharë në diell. Po ashtu, mishi i pjekur në prush është më i mirë se ai i pjekur në zjarr.

5. **Dhjami** (*Shahm*)
Në *Musned* tregohet se Enesi ka thënë që, njëherë, një çifut ftoi si mysafir Pejgamberin (s.a.u.s.), dhe se çifuti i nxori për të ngrënë bukë elbi me dhjamë të shkrirë, të cilit i kishte ndryshuar era nga qëndrimi i gjatë.

Në *Sahih* shënohet se Abdullah ibn Mugaffali ka thënë: "Ditën e (betejës së) Hajberit, ra një kacek plot me dhjamë, të cilin unë e mora dhe thashë: Për Allah! Asnjërit nuk kam për t'i dhënë nga ky! Kur u ktheva, pashë të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.) që po qeshte, por që nuk tha asgjë."

Lloji më i mirë i dhjamit është ai i kafshëve shtëpiake. Dhjami është i nxehtë dhe i lagësht, por më pak i lagësht se gjalpi i tretur. Kjo shpjegon përse kur shkrijmë dhjamin dhe gjalpin e tretur, dhjami ngrin më shpejt.

Dhjami është i mirë për acarimin e fytit. Megjithatë, ai shkakton shtypje dhe prishje. Për të asnjanësuar ndikimet negative të dhjamit shërben limoni, kripa dhe xhenxhefili. Dhjami i dhisë shkakton kapsllëk më tepër se çdo lloj dhjami tjetër, ndërsa dhjami i cjapit është shpërbërës më i mirë dhe ndihmon kundra ulcerave të stomakut. Edhe dhjami i dhisë përdoret kundra ulcerave të stomakut ose për rastet kur ka rrjepje të lëkurës (si pasojë e dëmtimeve të jashtme ose sëmundjeve të ndryshme). Ai shërben, gjithashtu, kundra spazmave të fshikëzës urinare ose të zorrës së trashë.

Germa *Sad*

1. **Namazi** (*Salat*)
Allahu i Madhëruar thotë në Kuran: "Kërkoni ndihmën e Allahut me durim dhe me namaz! Kjo është njëmend e vështirë, përveçse për të devotshmit..." [Bekare, 45]

Ai thotë gjithashtu: "O besimtarë! Kërkoni ndihmë për veten nëpërmjet durimit dhe namazit! Në të vërtetë, Allahu është me të duruarit." [Bekare, 153]

Në një ajet tjetër, thotë: "Urdhëroje familjen tënde që të falë namazin, dhe këmbëngul për këtë! Ne nuk të kërkojmë ty ndonjë ushqim: jemi Ne që të ushqejmë! Përfundimi i lumtur qëndron në frikën ndaj Allahut." [Ta Ha, 132]

Një hadith në *Sunen* thotë: "Sa herë që Pejgamberin (s.a.u.s.) e shqetësonte diçka, ai falte namaz."

Edhe më lart e kemi thënë që namazi shërben si ilaç i sëmundjeve të ndryshme, përpara se këto të fundit të kenë përparuar. Namazi

sjell furnizim, mbron shëndetin, heq të këqijat, largon sëmundjet, forcon zemrën, i jep nur fytyrës, gëzon shpirtin dhe lufton plogështinë. Ai gjallëron gjymtyrët, shton fuqitë, zgjeron kraharorin, ushqen shpirtin, ndriçon zemrën, ruan mirësitë, të mbron nga zemërimi i Allahut, sjell begati, të largon nga Shejtani dhe të afron te Rrahmani (Allahu).

Në përgjithësi, namazi luan një rol kryesor në ruajtjen e shëndetit të trupit dhe të zemrës. Ai i pastron substancat e dëmshme. Gjithmonë, nëse dy persona i prek e njëjta sëmundje, ai që fal namaz do të ketë pasojat më të vogla të asaj sëmundjeje.

Namazi ka vërtet një ndikim të thellë në largimin e të këqijave të kësaj jete, sidomos kur atij i jepet haku i vet, në aspektin e tij të jashtëm e të brendshëm. Sigurisht që të këqijat e kësaj jete dhe të jetës tjetër largohen në varësi të plotësisë së namazit. Sekreti këtu qëndron në faktin se namazi është lidhja e robit me Allahun. Sa më e afërt të jetë kjo lidhje, aq më shumë hapen dyert e mirësisë së Zotit dhe aq më fort mbyllen shtigjet e së keqes. Ky është çelësi i suksesit, që Allahu ia jep robit të Tij, bashkë me shëndetin e mirë, plot begati e pasuri, komoditetin, kënaqësinë, gëzimin, lumturinë dhe çdo mirësi tjetër të jetës.

2. **Durimi** (*Sabr*)

Durimi është gjysma e besimit, gjysma tjetër e të cilit është lavdërimi dhe falënderimi. Disa nga të parët tanë të mirë thoshin: “Imani përbëhet nga dy gjysma: njëra është durimi dhe tjetra falënderimi (e mirënjohja).”

Allahu i Madhëruar thotë: “Vërtet, në këtë (ngjarje) ka shenja udhëzuese për çdo të durueshëm dhe falënderues.” [Sebe, 19]
Durimi për besimin është si koka për trupin. Në fakt, ka tri lloje durimi:

- I pari është durimi që duhet treguar në zbatimin e urdhrave të Allahut, në mënyrë që njeriu të mos mërzitet e t’i shpërfillë ato.

- I dyti durimi ndaj ndalesave ose harameve, në mënyrë që të mos u afrohesh atyre.
- I treti është durimi ndaj vullnetit dhe caktimit të Allahut, në mënyrë që njeriu të mos zemërohet me të.

Kush arrin të pajiset me këto tri lloje të durimit ka fituar durimin e plotë e, si rrjedhojë, edhe kënaqësia në këtë botë e në ahiret do të jetë e plotë, duke dalë kështu i fituar në të dyja jetët. Askush nuk e arrin këtë shpërblim të madh pa kaluar nëpër urën e durimit, njëlloj si askush nuk mund të hyjë në Xhenet pa kaluar mbi urën e Siratit (e ngritur mbi Xhehenem). Omeri (r.a.) ka thënë: "Jetesën më të mirë ne e arrijmë nëpërmjet durimit."

Çdo njeri, po të mendojë pak se si mund të arrihen gradat e përsosmërisë në këtë jetë, do të kuptojë se të gjitha ato janë të lidhura me durimin. Nga ana tjetër, po të mendojë për ato dështime të pajustifikueshme, të cilat mund të parandalohen, do të kuptojë se ato të gjitha janë të lidhura me mosdurimin. Për shembull, guximi, ndershmëria, bujaria dhe zgjedhja e të mirave të tjera janë fryte të një durimi afatshkurtër (të kësaj jete të shkurtër).
Nga ana tjetër, shumica e sëmundjeve që prekin trupin dhe zemrën janë pasojë e mosdurimit. Kësisoj, durimi është mbrojtësi më i mirë i shëndetit të zemrës, trupit dhe shpirtit. Ai është virtyti më i shquar dhe ilaçi më i mirë. Nëse me durimin do të fitohej vetëm përkrahja prej Allahut dhe dashuria e Tij, e asnjë shpërblim tjetër, kaq do të mjaftonte. Allahu e do durimin dhe i mbështet durimtarët: "*Sigurisht, fitorja vjen me durim*."
Durimi është i mirë edhe për vetë njeriun që e ka këtë cilësi. Allahu i Madhëruar thotë: "…por, nëse tregoni durim, kjo është më e mira për të durueshmit." [Nahl, 126]
Durimi është mjeti për të arritur suksesin: "O besimtarë! Bëhuni të durueshëm dhe nxiteni njëri-tjetrin të jeni të tillë; bëhuni të vendosur dhe vigjilentë (në vepra të mira dhe në ruajtjen e kufijve) dhe kijeni frikë Allahun, që të kini sukses! [Ali Imran, 200]

3. **Aloeja** (*Sabir*)
Nga aloeja ka mjaft përfitime, sidomos nga aloeja indiane, e cila pastron trupin nga mbeturinat vrerike të trurit dhe të nervave

optike. Nëse e përzien me vaj trëndafili dhe e përdor si pomadë, duke lyer ballin dhe faqet me të, ajo shëron dhembjet e kokës. Aloeja është ilaç edhe kundra zjarrthit të gojës, kundra vrerit të zi dhe kundra ankthit.

Aloeja persiane e bën mendjen më të mprehtë, ndërsa zemrën më të qëndrueshme. Dy lugë me këtë bar, që është trazuar në ujë, pastrojnë përzierjet vrerike nga trupi dhe këlbazën që mblidhet në stomak.
Kujdes! Pirja e aloes në mot të ftohtë mund të shkaktojë diarre me gjak.

4. **Agjërimi** (*Saum*)
Agjërimi është mburojë ndaj shumë sëmundjeve të shpirtit, zemrës dhe trupit dhe ka dobi të jashtëzakonshme. Ai ruan shëndetin dhe, nga njëra anë, e pastron trupin nga substancat e këqija, kurse nga ana tjetër, e pengon atë (trupin) nga konsumi i atyre gjërave që mund të jenë të dëmshme për të. Kjo ndodh në mënyrë të veçantë kur njeriu agjëron në kohët më të mira që ka caktuar feja ose kur trupi e ka të nevojshme këtë gjë.

Agjërimi qetëson muskujt dhe të gjithë trupin, duke sjellë edhe një ripërtëritje të fuqive. Ai ka një cilësi, e cila duhet ta bëjë atë të lakmueshëm për çdo njeri: ai garanton gëzim të zemrës, qoftë kjo herët a vonë (d.m.th., në Ditën e Gjykimit). Agjërimi është, gjithashtu, zgjidhja më e mirë për ata që vuajnë nga tepria e lëngjeve dhe e substancave në trup. Jo vetëm kaq, por ai është për ta edhe një mbrojtës mjaft i mirë i shëndetit.

Agjërimi është një lloj ilaçi shpirtëror dhe, njëkohësht, fizik. Nëse agjëruesi i zbaton me përpikmëri rregullat e agjërimit, përfitimi që do të kenë zemra dhe trupi i tij do të jetë maksimal. Nga njëra anë, trupi ruhet nga lëndët e dëmshme të jashtme, që mund ta preknin atë dhe, nga ana tjetër, ai pastrohet nga lëndët e dëmshme të cilat tashmë kanë arritur të futen në të. Agjërimi, gjithashtu, e ndihmon njeriun të qëndrojë larg gjërave të cilat ai duhet patjetër t'i

shmangë, dhe të kërkojë e realizojë qëllimet të cilat vetë agjërimi synon të arrijë për njeriun.

Agjërimi nuk është vetëm privim nga e ngrëna dhe e pira. Është diçka tjetër që ai synon ta arrijë dhe që e bën atë një vepër me një shpërblim të veçantë nga Allahu (Ditën e Gjykimit). Agjërimi është një mburojë mes robit dhe çdo gjëje që mund ta dëmtojë atë tani ose më vonë. Ja përse Allahu i Madhëruar thotë: "O besimtarë! Agjërimi ju është bërë detyrim, ashtu siç u ishte bërë detyrim atyre para jush, që të mund të ruheni nga të këqijat." [Bekare, 183]

Agjërimi është mburojë, dhe kjo e bën atë një lloj diete me dobi të jashtëzakonshme. Një qëllim tjetër i agjërimit është të angazhojë zemrën me Allahun, duke i përqendruar të gjitha fuqitë dhe energjitë e trupit në arritjen e atyre gjërave që Allahu i do dhe në përmbushjen e adhurimit që i kushtohet Atij. Ne i kemi përmendur të mirat e agjërimit kur kemi folur për udhëzimin e Pejgamberit (s.a.u.s.) në këtë drejtim.

Germa *Dad*

1. **Zvarraniku *dabb***

Në dy *Sahih*-ët vjen hadithi prej Ibn Abasit, që tregon se, njëherë, kur të Dërguarit të Allahut iu vu përpara një *dabb* (lloj zvarraniku), ai nuk e hëngri. Për këtë arsye, njerëzit e pyetën në ishte e ndaluar ngrënia e asaj kafshe, por Pejgamberi (s.a.u.s.) u përgjigj: "Jo. Por ky lloj ushqimi nuk gjendet (nuk është traditë) te populli i vendit tim dhe mideja ime nuk ma pranon." Pas kësaj, *dabb*-i u hëngër në prani të Pejgamberit (s.a.u.s.).

Po në dy *Sahih*-ët gjendet dëshmia e Ibn Omerit, që Pejgamberi (s.a.u.s.) tha në këtë rast: "Unë as nuk e lejoj, as nuk e ndaloj atë."
Mishi i *dabb*-it është i nxehtë dhe i thatë. Ai forcon epshin, ndërsa po ta bluash dhe ta vendosësh mbi gjembin që ka hyrë në lëkurë, ai e heq gjembin.

2. **Bretkosat** (*Difda*)

Imam Ahmedi ka thënë që: "Nuk lejohet që t'i përdorësh bretkosat (duke i vrarë ato) për qëllime mjekësore, sepse i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) e ka ndaluar vrasjen e tyre." Ky pohim mbështetet në një hadith që imam Ahmedi e ka shënuar në *Musned*-in e vet e që përcillet nga Othman ibn Abdurrahmani, sipas të cilit, kur një doktor foli për shfrytëzimin e bretkosave në mjekësi, Pejgamberi (s.a.u.s.) e ndaloi vrasjen e tyre.

Autori i *El Kanun*-it (Avicena) thotë: "Ngrënia e mishit ose e gjakut të bretkosës mund të shkaktojë ënjtje në bark, zverdhje dhe ejakulim (të pakontrolluar) deri në vdekje. Kjo është arsyeja pse doktorët ngurrojnë ta përdorin atë për qëllime mjekësore; pra, për dëmin që ajo shkakton."
Ka dy lloje bretkosash: bretkosa uji dhe bretkosa toke. Disa prej bretkosave të tokës janë helmuese.

Germa *Ta*

1. **Parfumi** (*Tiib*)
I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) ka thënë: "Nga bota juaj, më janë bërë të dashura gratë dhe parfumi, ndërsa qetësia e syve të mi është bërë namazi." Pejgamberi (s.a.u.s.) e përdorte rregullisht parfumin. Ai nuk e pëlqente erën e rëndë.

Parfumi është gjallëruesi i shpirtit, i cili është burimi i energjive trupore. Për këtë arsye, forcat e ndryshme të trupit përtërihen kur janë në ndikimin e parfumit. Në të njëjtën mënyrë, fuqitë trupore përtërihen me ushqime dhe pije, me qetësi e rehati, me qëndrimin pranë të dashurit, me dëgjimin e sihariqeve, si edhe me mungesën e personave të urryer, prania e të cilëve është e rëndë për zemrën. Qëndrimi afër personave të neveritshëm dobëson fuqitë dhe shkakton ankth e pikëllim, njëlloj si efekti që kanë mbi trup ethet dhe era e keqe. Kjo shpjegon pse shokët e Pejgamberit (s.a.u.s.) u ndaluan nga ato sjellje që mund ta shqetësonin atë, e që rrjedhimisht, mund të bëheshin të urryer për të. Allahu i Madhëruar thotë: "O besimtarë, mos hyni në shtëpitë e të

Dërguarit, përveç rastit kur ju është dhënë leje për të ngrënë, por jo të pritni përgatitjen e tij (ushqimit)! Hyni vetëm kur t'ju thërrasin dhe, pasi të hani, shpërndahuni! Mos qëndroni pas ushqimit për të biseduar me njëri-tjetrin. Kjo, me të vërtetë, e shqetësonte të Dërguarin e ai turpërohej (që t'jua thoshte këtë), ndërsa Allahu nuk turpërohet që t'jua thotë të vërtetën." [Ahzabë, 53] Me pak fjalë, parfumi ishte një nga gjërat më të dashura për Pejgamberin (s.a.u.s.). Ai është mjaft efikas në ruajtjen e shëndetit të mirë dhe në shërimin e shumë sëmundjeve, pasi ai është përtëritës i fuqive trupore.

2. **Deltina** (*Tin*)

Ka një mori hadithesh të trilluara që flasin për dobitë e deltinës. Madje, këtu duhet të themi se çdo hadith që tregon për të mirat e deltinës është i gënjeshtërt dhe kurrsesi nuk duhet t'i mvishet të Dërguarit të Allahut (s.a.u.s.).

Deltina është e dëmshme, pasi shkakton bllokime në vena. Ajo është e ftohtë, e thatë, madje vepron si përtharës tepër i fortë. Ajo parandalon diarrenë, por shkakton hemorragji dhe plagë në gojë.

3. **Bananet** (*Talh*)

Allahu i Madhëruar thotë (për banorët e Xhenetit): "Ata do të qëndrojnë në mes të lotusve pa gjemba dhe *talh*-ut të mbushur me fruta…" [Uakia: 28-29] Shumica e dijetarëve shpjegojnë se *talh* quhet 'pema e bananes', pasi ajo i bën frutat në tufëza dhe njëra mbi tjetrën, si dhëmbëzat e krehërit. Është thënë, gjithashtu, se *talh* është një pemë që, fillimisht bën gjemba, por që zëvendësohen më pas nga frutat, domethënë, aty ku më parë ishte një gjemb, mu aty zhvillohet një frut, njëlloj siç ndodh me pemën e bananes. Ky është dhe mendimi më i mirë në lidhje me kuptimin e fjalës *talh*. Kështu, selefët që thonin se *talh* quhet 'pema e bananes' e përdornin këtë pemë si një shembull për të shpjeguar kuptimin e fjalës *talh*, jo se ajo do të thotë pikërisht 'banane'. Megjithatë, Allahu e di më mirë.

Bananet janë të nxehta dhe të lagështa. Më të mirat e tyre janë ato të pjekurat dhe të ëmblat.

Bananet ndihmojnë kundra acarimit të gjoksit dhe të mushkërive, qetësojnë kollën dhe luftojnë ulcerat në veshka dhe në prostatë. Ato janë diuretike të mira, stimulojnë prodhimin e spermës, zbutin stomakun dhe rrisin epshin seksual. Bananet duhet të hahen përpara ushqimit. Megjithatë, ato mund ta dëmtojnë stomakun dhe mund të rëndojnë gjendjen e vrerit e të këlbazës, por nëse i ha me sheqer ose mjaltë, këto pasoja negative zvogëlohen.

4. **Vilet e sythave të hurmave** (*Tal'a*)

Allahu i Madhëruar thotë: "…dhe palma hurme të larta, me vile frutash njëra mbi tjetrën…" [Kaf, 10] Ndërsa në një ajet tjetër thotë: "…në ara me të lashta dhe palma hurmash me fruta të shijshme…" [Shuara, 148]

Tal'a-t[1] janë dy llojesh: mashkullore dhe femërore. Procesi i pllenimit të kësaj peme bëhet nëpërmjet bashkimit të pjalmit të saj - i cili është si një pluhur i hollë dhe luan rolin e organit mashkullor - me organin (qelizën) femëror.

Muslimi shënon në *Sahih*-un e tij këtë rrëfim të Talha ibn Ubejdullahit: "Njëherë, unë dhe i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) po kalonim pranë disa palmave, ku pamë disa njerëz që po bënin pllenim artificial të tyre (pemëve). Pejgamberi (s.a.u.s.) i pyeti se çfarë po bënin, dhe ata u përgjigjën se po merrnin organin seksual mashkullor (pjalmin) dhe po e vendosnin te organi femëror. Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Nuk mendoj se kjo mund të ketë ndonjë rezultat." Ata e dëgjuan se çfarë tha Pejgamberi (s.a.u.s.), prandaj hoqën dorë nga ajo punë. Si rezultat, pemët nuk e bënë riprodhimin. Atëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Ajo qe veç një

[1] *Tal'a* quhen vilet e frutave të palmave sapo shfaqen, në fazën e pjalmimit, kur poleni ndodhet ende në boçet e tyre.

hamendje nga ana ime. Nëse ai (pllenimi artificial) ka efekt, atëherë bëjeni. Unë jam vetëm një njeri ashtu si ju, dhe hamendjet e mia mund të jenë të sakta ose të pasakta. Por, çdo gjë që ju përcjell nga Allahu është e vërtetë. Kurrë nuk mund të them të pavërteta për Allahun."

Tal'a-t stimulojnë prodhimin e spermës dhe forcojnë epshin seksual. Nëse një grua konsumon pluhurin e tyre para se të bëjë marrëdhënie intime, kjo do ta ndihmojë të mbetet shtatzënë.

Sythat e hurmave arabe janë të ftohtë dhe të thatë në shkallë të dytë. Ata forcojnë dhe përthajnë stomakun, qetësojnë gjakun e acaruar, por janë të vështirë për t'u tretur.

Vetëm për ata që kanë temperament të nxehtë mund të jetë e pranueshme ngrënia e sythave. Ndërsa kush i ha rregullisht, duhet t'i shoqërojë *tala'a*-t me ëmbëlsira të nxehta (për nga natyra).

Sythat e hurmave shkaktojnë kapsllëk dhe forcojnë zorrët, njëlloj si palca e drurit të palmës, hurmat e pjekura të freskëta dhe hurmat jeshile (*busr*), që përmendëm më parë. Ngrënia e tyre me tepri dëmton barkun dhe gjoksin, dhe mund të shkaktojë kapsllëk të dhembshëm, por nëse ato shoqërohen me gjalpë dhe ëmbëlsira, këto efekte anësore mund të zvogëlohen.

Germa *Ajn*

1. **Rrushi** (*Ineb*)

Është dëshmuar se i Dërguari i Allahut e ka pëlqyer rrushin dhe shalqinin. Nga ana tjetër, Allahu i Lartësuar e ka përmendur rrushin gjashtë herë në Kuran, në raste të ndryshme, madje duke e renditur atë në mirësitë e begatitë e shumta që Ai u ka falur robërve të Vet në këtë jetë dhe në jetën tjetër.

Rrushi është një ndër frutat më të mira dhe më të dobishme. Ai mund të hahet i freskët, i thatë, jeshil (aguridh) dhe i pjekur. Ai shërben si frutë dhe si ushqim me shumë vlera, përveç cilësive që ka si ilaç apo si pije.

Veçori e përbashkët e llojeve të ndryshme të rrushit është lagështia dhe nxehtësia, njëlloj si drithërat[1] e tjerë. Lloji më i mirë është rrushi kokërrmadh dhe i lëngshëm. Kur kanë të njëjtën ëmbëlsi, rrushi i bardhë është më i mirë se rrushi i zi. Është më e këshillueshme që rrushi i freskët të mos hahet menjëherë sapo të vilet, por dy ose tri ditë më pas, sepse, në të kundërt, shkakton diarre dhe gazra. Rrushi duhet të lihet në hardhi derisa t'i hollohet mirë lëkura.

Ai është tepër i ushqyeshëm, ashtu si stafidhet dhe fiqtë, dhe forcues për trupin. Rrushi bëhet laksativ më efikas nëse e pastron nga farat. Megjithatë, nëse e tepron me ngrënien e tij, ai mund të shkaktojë dhembje koke, por jo kur e shoqëron me shegë të thartë. Rrushi, në përgjithësi, është laksativ i mirë, me plot vlera ushqyese. Tri janë llojet më të mira të frutave: rrushi, hurmat arabe dhe fiqtë.

2. **Mjalti** (*Asel*)

Dobitë e mjaltit i kemi përmendur edhe më lart.

Ibn Xhurejxhi tregon se Zuhriu ka thënë: "Hani mjaltë, sepse ai është i mirë për kujtesën." Lloji më i mirë është mjalti i bardhë, i kulluar, i lehtë dhe i ëmbël. Mjalti i mbledhur në male e pyje (nga bletët në gjendje të lirë) është më i mirë se mjalti që prodhohet në koshere. Gjithsesi, cilësia e tij varet nga vendi ku bletët kullosin.

3. **Hurmat arabe të thata** (*Axhveh*)

[1] Kështu e quan autori.

Sad ibn Ebu Uekkasi përcjell se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Kushdo që ha shtatë hurma të thata në mëngjes nuk ka për t'u lënduar nga ndonjë helmim ose magji deri në fund të asaj dite."

Ndërsa Nesaiu dhe Ibn Maxhe kanë sjellë këtë thënie tjetër të Pejgamberit (s.a.u.s.): "Hurmat e thata të bëra palë (*axhveh*) janë prej Xhenetit dhe shërbejnë si antidot kundra helmeve. *Kemah*-a (një kërpudhë e ngrënshme) është një lloj *menna*-je,[1] kurse lëngu i saj është ilaç për sytë."

Sipas një mendimi, në këto hadithe flitet për hurmat e Medinës në veçanti, të cilat, në fakt, janë ndër hurmat më të mira në zonën e Hixhazit.

Hurmat e thata të bëra palë janë një lloj i mirë i hurmave. Ato janë shumë të buta dhe të shijshme.

Për të mirat e hurmave kemi folur më lart, te Germa *Taa*, ku kemi trajtuar edhe çështjen e efektit të tyre kundra helmeve ose magjisë.

4. **Amberi dhe balena** (*Anber*)

E kemi përmendur edhe më lart hadithin e sjellë në dy *Sahih*-ët, i cili flet për Ebu Ubejden dhe ushtrinë muslimane që gjetën një peshk gjigant, ose një balenë, me të cilën ata u ushqyen për dy javë rresht. Jo vetëm kaq, por ata morën me vete nga ai mish dhe ia çuan Pejgamberit (s.a.u.s.) në Medinë. Kjo ngjarje tregon se për muslimanët është e lejuar çdo gjallesë deti, edhe sikur të jetë e ngordhur.

Disa njerëz (që nuk pajtohen me atë që thamë më lart) thonë se balena (në hadith) ka dalë e gjallë në breg, por kur është tërhequr uji, ajo ka ngordhur. Kështu, sipas tyre, ngordhja e saj nuk qe natyrale, por për shkak të mungesës së ujit.

---

[1] *Menna*-ja është një lloj ushqimi, që Allahu i Madhëruar ua zbriti bijve të Izraelit nga qielli, kur ata endeshin në shkretëtirë.

Megjithatë, ky mendim i mësipërm nuk është i saktë, sepse e vërteta është që sahabët e gjetën atë të ngordhur në breg. Ata nuk e panë fillimisht të gjallë, e pastaj, kur u tërhoq uji, ajo ngordhi, siç pretendohet. Nëse balena do të ishte e gjallë, atëherë nuk kishte se si ta nxirrte deti, pasi, zakonisht, ai nxjerr peshqit ose kafshët në breg kur ato janë të ngordhura. Megjithatë, edhe sikur pretendimi i tyre për balenën të jetë i vërtetë (që ajo ishte e ngordhur), ai nuk e mohon rregullin e përgjithshëm që lejon ngrënien e krijesave të ngordhura të detit. Pejgamberi (s.a.u.s.) e ndaloi ngrënien e gjahut që gjendet i ngordhur në ujë, pasi nuk dihet nëse ai ka ngordhur prej mbytjes në ujë apo prej armës së gjahtarit. Kështu, po të ishte e vërtetë ajo që thonë kundërshtarët, atëherë fakti që do të kishte dyshime për mënyrën apo shkakun e ngordhjes së balenës do ta bënte haram ngrënien e mishit të saj (domethënë, nëse mëtimet e tyre se balena ngordhi prej mungesës së ujit dhe se krijesat e ngordhura të detit nuk lejohet të hahen, do të ishin të dyja të vërteta).

Për sa i përket amberit[1] (i cili është një lloj parfumi), ai është ndër aromat më të mira pas myshkut.[2] Disa njerëz pëlqejnë gabimisht amberin para myshkut, kur Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë për këtë të fundit: "Ai është parfumi më i mirë."

Shumë shpejt, ne do të përmendim cilësitë dhe dobitë e myshkut, që do të jetë parfumi i Xhenetit. Po ashtu, ndenjëset e besimtarëve të vërtetë në Xhenet do të jenë të përbëra prej myshku, jo prej amberi.
Ata që mendojnë se amberi është më i mirë se myshku janë gënjyer nga fakti se amberi nuk prishet, ashtu si floriri. Por ky fakt i vetëm nuk mjafton si tregues që amberi është më i mirë se myshku.

---

[1] Fjala *amber* ka hyrë në gjuhët evropiane (frëngjisht, anglisht etj.) pikërisht prej arabishtes, por këtu ajo nuk vjen me kuptimin e qelibarit, por të parfumit (shën. i përkth.).
[2] Myshku këtu nënkupton lëndën me erë të fortë e të këndshme, që nxirret nga një gjëndër e mashkullit të një lloj dreri dhe që përdoret në parfumeri, në mjekësi etj. (shën. i përkth.).

Ka disa lloje amberi: të bardhë, gri, të kuq, të verdhë, të gjelbër, blu, të zi dhe shumëngjyrësh. Më i miri i tyre është amberi gri, pastaj vjen ai ngjyrë blu e më pas ai që është i verdhë. Ndërsa më i keqi është amberi i zi.

Ekzistojnë mendime të ndryshme për sa i përket origjinës së amberit. Disa thonë që është një lloj bime që rritet në fundin e detit, të cilën 'zvarranikët' e detit e hanë dhe pastaj e shkarkojnë nga trupi i tyre, dhe kjo lëndë del më pas në breg të detit. Disa të tjerë thonë që amberi është jashtëqitja e krijesave të detit, e cila ngjan me plehun e lopëve. Ka njerëz që thonë se ai është një lloj shkume, të cilën deti e nxjerr në breg. Autori i *El Kanun*-it ka marrë në konsideratë dy mendimet e fundit, duke shtuar nga ana e tij se amberi mund të vijë nga ndonjë burim nënujor.[1]

Amberi është i nxehtë dhe i thatë. Ai forcon zemrën, mendjen, shqisat dhe trupin. Amberi përdoret për kurimin e paralizës faciale, të hemiplegjisë, për sëmundjet që shkaktohen prej këlbazës, për stomakun dhe për gazrat. Ai ndihmon në hapjen e bllokimeve të ndryshme, nëse përdoret si pomadë ose si pije. Nëse thithet me hundë, ai lehtëson simptomat e të ftohtit, dhembjet e kokës dhe migrenën.

5. **Aloeja indiane** (*Ud*)

Aloeja indiane është dy llojesh, njëra prej të cilave quhet *kust*, dhe ne do të flasim për të në Germën *Kaf*. Lloji i dytë quhet *Aluvah*, që përdoret si parfum.

---

[1] Në fakt, amberi, si parfum, është një substancë që krijohet në zorrët e balenës kashalot (*cachalot*), me shumë gjasa si pasojë e një sëmundjeje, dhe gjendet në sipërfaqe të deteve, duke pluskuar. Në çastin që del nga trupi i kësaj balene, ai kundërmon një erë jo të mirë, por në kontakt me ajrin, amberi nis e ngurtësohet dhe merr një aromë të mrekullueshme, tepër të dëshiruar (shën. i përkth.).

Imam Muslimi tregon në *Sahih*-un e tij se Ibn Omeri digjte dru të thatë aloeje bashkë me pak kamfur, dhe thoshte se këtë gjë e bënte edhe i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.). Përveç kësaj, një nga të mirat që do të shijojnë banorët e Xhenetit, siç e ka përshkruar Pejgamberi (s.a.u.s.), është druri i aloes (*ud*).

Ud-i është i nxehtë dhe i thatë në shkallë të tretë. Ai hap bllokimet në organizëm dhe largon gazrat. *Ud*-i përthan lagështirën e panevojshme, forcon zorrët dhe i sjell zemrës qetësi e çlirim. Ai ndikon pozitivisht te mendja, mpreh shqisat dhe krijon kapsllëk. Ai shërben, gjithashtu, për të kuruar rastet e urinimit të pakontrolluar ditën ose natën (kur lag rrobat në shtrat), të shkaktuar nga ftohja në prostatë.

Ibn Samxhuni thotë: "Ka disa lloje *ud*-i, dhe të gjitha mbajnë emrin e përgjithshëm *aluvah*. *Ud*-i përdoret si brenda, ashtu edhe jashtë trupit. Ai mund të digjet më vete ose bashkë me substanca të tjera. Djegia e *ud*-it bashkë me kamfurin ka arsye mjekësore, pasi secili prej tyre zbut efektet e tjetrit. Djegia e *ud*-it ndihmon në pastrimin e ajrit, i cili është një nga gjashtë elementet e domosdoshme për mirëqenien e trupit."

6. **Thjerrëzat** (*Ades*)

Dëshmohet se thjerrëzat kanë qenë ushqimi i preferuar i çifutëve, të cilin ata e pëlqenin më tepër se *menna*-në dhe mishin e shkurtëzave.

Thjerrëzat janë të afërta me hudhrat dhe qepët. Ato janë të ftohta dhe të thata dhe japin dy efekte të kundërta: ato janë njëkohësisht kapsuese dhe laksativë. Lëkura e tyre është e nxehtë dhe e thatë në shkallë të tretë, dhe vepron si laksativ. Në fakt, dobia e thjerrëzave është e përqendruar te lëvoret e tyre, prandaj kur përdoren si kokërr, ato janë më të mira sesa të bluara, janë më pak të rënda për stomakun dhe më pak të dëmshme.

Thjerrëzat shkaktojnë vrer të zi, ndikojnë negativisht te nervat dhe shikimi dhe krijojnë gjak të trashë. Kush vuan nga vreri i zi duhet ta shmangë ngrënien e tyre, pasi teprimi me to shkakton obsesion, lebër, ethe kuartrane (që përsëriten në çdo katër ditë) dhe sëmundje të tjera. Megjithatë, shoqërimi i tyre me rrepa zvicerane (*silk*) dhe me shumë yndyrë i pakëson këto efekte anësore negative. Po ashtu, thjerrëzat nuk duhen ngrënë me ëmbëlsira, sepse mund të shkaktojnë bllokime në mëlçi. Konsumi i vazhdueshëm i tyre dëmton shikimin, sepse ato janë shumë të thata. Thjerrëzat shkaktojnë vështirësi në urinim, ënjtje të ftohta dhe gazra pa masë. Lloji më i mirë i tyre janë thjerrëzat e bardha e kokërrmëdha, të cilat treten më shpejt.

Disa injorantë pretendojnë se profeti Ibrahim (a.s.) u shërbeu thjerrëza mysafirëve të tij të nderuar, por në Kuran thuhet qartë se ai u nxori atyre një viç të majmë e të pjekur.

Germa *Gajn*

1. **Shiu** (*Gajth*)

Shiu përmendet disa herë në Kuran. Kjo fjalë tingëllon ëmbël për veshin dhe lumturuese për trupin dhe shpirtin. Veshi e pëlqen ta dëgjojë, kurse zemra kënaqet kur ai (shiu) bie.

Uji i shiut është uji më i mirë që ekziston. Ai është më i lehti, më i dobishmi dhe më i bekuari. Këto cilësi janë më të theksuara nëse shiu bie i shoqëruar me vetëtima e bubullima dhe kur mblidhet në zonat malore.

Uji i shiut është më i lehtë se llojet e tjera të ujit, sepse ai është i freskët dhe nuk ka qëndruar në tokë për një kohë të gjatë, gjë e cila ka bërë që ai të mos marrë e të mos ndikohet nga thatësia e tokës dhe nga substancat e forta të saj. Kjo është, gjithashtu, arsyeja pse uji i shiut ndotet menjëherë, pra, ngaqë është i kulluar dhe i lehtë.

Ka dy mendime për ujin e shiut që është më i lehtë: disa thonë se është ai që bie në dimër e disa thonë se është ai i pranverës.

Ata të mendimit të parë shpjegojnë se, në dimër, dielli nxeh pak, kështu që ai avullon pjesët më të lehta të ujit të deteve. Në këtë stinë, gjithashtu, ajri është më i pastër, pa pluhura. Rrjedhimisht, shiu nuk bashkohet me ndonjë ndotës gjatë rënies, prandaj ai është edhe më i lehti.

Ata që preferojnë shiun e pranverës thonë, se në këtë stinë, dielli i nxehtë avullon substancat e rënda të ajrit, duke e bërë vetë ajrin më të lehtë dhe më të pastër. Si rrjedhojë, uji i shiut do të jetë, gjithashtu, më i lehti se në çdo periudhë tjetër. Kjo është pikërisht koha kur bimët, pemët dhe ajri përgatiten që të marrin ujin që zbret nga lart.

Shafiu sjell një hadith të Enes ibn Malikut, që rrëfen: "Njëherë, ishim bashkë me Pejgamberin (s.a.u.s.), kur nisi të binte shi. Pejgamberi (s.a.u.s.) hoqi rrobën e tij të sipërme (që të lagej nga shiu) dhe tha: "Ai (shiu) sapo ka ardhur nga Zoti i vet."

Ne e kemi treguar më lart udhëzimin e Pejgamberit (s.a.u.s.) në lidhje me lutjen drejtuar Allahut për të dhënë shi, dhe thamë, po ashtu, se ai kërkonte që shiu i rënë të ishte i begatshëm.

Germa *Faa*

1. **Fatihaja** (*Surja e parë e Kuranit*)

Fatihaja është nëna e Kuranit, 'Shtatëshja e ajeteve të përsëritëshme' që iu dha Pejgamberit (s.a.u.s.), kura e padiskutueshme dhe ilaçi efikas, që përmban rukjen më të mirë. Fatihaja është çelësi që hap derën e pasurimit, suksesit dhe fuqisë. Ajo largon pikëllimin, depresionin, ankthin dhe frikën. Megjithatë, vetëm ata që ia dinë vlerën Fatihasë, që i japin asaj atë që meriton, që e këndojnë atë ashtu si duhet kënduar dhe që e njohin sekretin e vlerës së saj si kurë dhe ilaç, mund të përfitojnë nga këto të mira.

Një nga shokët e Pejgamberit (s.a.u.s.) zbuloi një nga sekretet e Fatihasë, kur e përdori atë si rukje ndaj thumbimit të akrepit. Personi i prekur u shërua menjëherë, ndërsa Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha sahabit: "Nga e dije ti se ajo është ilaç?"

Gjithmonë kanë për të qenë të suksesshëm ata që zbulojnë disa nga sekretet e Fatihasë dhe nga teuhidi që ajo përmban, që njihen me Allahun, me emrat dhe atributet e Tij, me veprimet dhe vendimet e Tij, që shprehen në këtë sure. Do të jenë të suksesshëm ata që njohin prej Fatihasë parimet e besimit dhe të caktimit hyjnor, që mësojnë për ringjalljen, për njëshmërinë e Allahut në adhurimin kushtuar Atij dhe në zotërimin e Tij, për besimin dhe mbështetjen tek Ai të Cilit i përket gjithçka, çdo falënderim e çdo gjë e pastër, dhe tek i Cili do të kthehet gjithçka. Ajo (Fatihaja) vlen për ata që mësojnë prej saj shfaqjen e dobësisë para Allahut, duke kërkuar udhëzimin e drejtë, i cili është çelësi i lumturisë së vërtetë në këtë jetë dhe në jetën tjetër. Ajo sure vlen për ata që arrijnë të mësojnë lidhjet me njëri-tjetrin të kuptimeve të saj, nga të cilët (kuptimet e sures) përvetësohet e mira dhe mbrojtja prej të keqes së të dyja jetëve, për ata që kuptojnë se e mira e vërtetë e tyre dhe përfitimi nga ndihma e përkryer e Allahut janë të lidhura ngushtë me zbatimin e këtyre kuptimeve. Pikërisht për këta njerëz, Fatihaja do të jetë e mjaftueshme si rukje dhe do të zërë vendin e shumë ilaçeve, duke hapur dyert e mirësisë e duke mbyllur shtigjet e së keqes.

Për ta kuptuar gjithë këtë, nevojitet një natyrë e re, një zemër e re dhe një lloj i ri besimi. Për Allah!, nuk ka fjalë të keqe apo bidat devijues që Fatihaja të mos e refuzojë dhe asgjësojë me mënyrën më të mirë, më të saktë dhe më të drejtpërdrejtë. Nga ana tjetër, nuk ka derë që të fut në njohjen e fesë, në udhëzimin e drejtë të zemrës dhe në ilaçin e shpirtit kundra sëmundjeve të tij, që Fatihaja të mos e ketë çelësin dhe metodën më të mirë për hapjen e saj. Nuk ke për të gjetur rrugë të atyre që kërkojnë dhe synojnë Zotin e botëve, që të mos nisë dhe mbarojë me Fatihanë.

Për Allah!, Fatihaja është shumë herë më e rëndësishme se ajo që përshkruam ne. Robi që kapet fort pas Fatihasë, që e përvetëson atë si duhet, që e mban atë si një ilaç të përkryer, si një mburojë dhe si dritë të udhëzimit, e që e kupton nënteksin e saj ashtu si duhet kuptuar ai, ky njeri nuk ka për të rënë kurrë në *bidat* ose në *shirk*, e nuk ka për t'u prekur nga sëmundjet e zemrës, përveç ndonjë gjëje kalimtare!

Gjithashtu, Fatihaja është çelësi i thesareve të tokës dhe Xhenetit. Megjithatë, jo çdokush e di se si ta përdorë këtë çelës, në mënyrë që të hapë këto thesare. Ata që i kërkojnë këto gjëra të çmuara do t'i hapnin e zotëronin lehtësisht ato, nëse do të arrinin të zbulonin sekretet e kësaj sureje dhe të kuptonin nënteksin e saj, duke përgatitur kështu 'dhëmbët e çelësit', që iu nevojitet.

Ne jemi të sigurt për këto pohime që kemi bërë këtu, sepse ato janë të vërteta. Është urtësia e përkryer e Allahut që këto sekrete (të Fatihasë) janë të pazbulueshme për zemrat e shumicës së njerëzve, ashtu siç është urtësia e Tij që edhe thesaret e tokës janë të pazbulueshme për ta.

Thesaret e fshehura të tokës janë të rrethuara nga shejtanët, të cilët qëndrojnë midis njerëzve dhe këtyre thesareve. Vetëm shpirtrat e mirë janë në gjendje t'i mposhtin këta shejtanë nëpërmjet besimit të vërtetë, e cila është një armë që shejtanët nuk e përballojnë dot. Megjithatë, shumica e shpirtrave të njerëzimit nuk janë të kësaj kategorie (me besim të vërtetë). Për këtë arsye, ata nuk arrijnë t'u rezistojnë shejtanëve ose t'i mposhtin ata, në mënyrë që t'u marrin pasurinë, pasi, siç dihet: kush vret një armik në luftë, merr edhe pasurinë e tij.

2. **Lulja e kënasë** (*Fagijeh*)

Lulja e kënasë është një nga parfumet më të mira. Ajo është me nxehtësi dhe thatësi mesatare.

Fagijah krijon kapsllëk të lehtë. Po ta vendosësh mes rrobave të palosura, ajo i mbron ato nga myku dhe mola. Lulja e kënasë përdoret si pomadë kundra paralizave faciale dhe aneurizmës (zgjerimit të arteries në një pjesë të saj), ndërsa vaji i saj përtërin organet dhe qetëson nervat.

3. **Argjendi** (*Fiddah*)

Një hadith autentik thotë që: "I Dërguari i Allahut kishte një unazë argjendi, me një faqe argjendi. Gjithashtu, mbajtësja e shpatës së tij ishte prej argjendi."

Ndryshe nga ndalesa e ngrënies ose e pirjes në enë argjendi, nuk ka ndonjë hadith të saktë që e ndalon mbajtjen apo veshjen e tij. Kategoria e enëve të ushqimit ose të pijeve është më specifike sesa kategoria e veshjeve dhe e zbukurimeve. Për shembull, gratë lejohen të veshin të gjitha llojet e rrobave ose të zbukurimeve, ndërkohë që ka disa enë ushqimi ose pijeje (prej ari ose argjendi) që për to janë të ndaluara. Kësisoj, fakti që muslimanët nuk e kanë të lejuar të përdorin disa lloj enësh, nuk do të thotë që ata e kanë të ndaluar të përdorin edhe veshjet apo zbukurimet e të njëjtit lloj (apo nga i njëjti material me enët e ndaluara). Për shembull, në *Sunen* shënohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Për sa i përket argjendit, me të bëni si të dëshironi."

Nga ana tjetër, të ndalosh mbajtjen e bizhuterive të argjendta nevojitet të kesh një tekst argumentues (nga Kurani ose Suneti) ose qëndrimin unanim të dijetarëve, që zemra ta pranojë duke qenë e sigurt. Njëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) mori ca flori në njërën dorë dhe ca argjend në dorën tjetër dhe tha: "Këta të dy nuk janë të lejuar për meshkujt e umetit tim, por janë të lejuar për gratë e tyre."

Argjendi është një nga mrekullitë që Allahu ka krijuar në tokë. Ai është mjeti për të plotësuar nevojat dhe për të arritur një pozitë të lartë në këtë botë. Kush zotëron argjend është i nderuar në sytë e njerëzve dhe i respektuar në zemrat e tyre, duke e lejuar të ulet në krye të kuvendeve dhe duke i hapur çdo lloj porte që i del përpara. Po ashtu, njerëzit nuk mërziten e nuk sikletosen asnjëherë nëse në krah të tyre ulet dikush që zotëron argjend, përkundrazi, për nga ai drejtohen gishtat dhe të gjitha shikimet (me admirim). Kur ai flet, njerëzit e dëgjojnë, e kur ai ndërhyn, fjala e tij pranohet. Nëse është dëshmitar, i pranohet dëshmia, e nëse mban leksione për diçka, nuk fajësohet kurrë për mungesë kompetence; madje, edhe sikur thinjat t'ia kishin mbushur kokën, do të konsiderohej më i ri sesa rinia vetë!

Argjendi është një nga ilaçet që i sjellin gëzim zemrës dhe që largojnë pikëllimin dhe depresionin. Ai, gjithashtu, shëron dobësinë e zemrës dhe të rrahjeve të saj. Argjendi përdoret në disa nga pomadat më të mira dhe ndihmon në pastrimin e substancave dhe gjendjeve të dëmshme nga zemra, sidomos kur përzihet me mjaltë të kulluar dhe shafran.

Në thelb, argjendi është i ftohtë dhe i thatë, por gjithashtu ai prodhon nxehtësi dhe lagështi.

Janë katër lloje kopshtesh që Allahu ka përgatitur për robërit e Tij besnikë, kur ata ta takojnë Atë: dy prej tyre janë prej ari dhe dy të tjerët prej argjendi, bashkë me çdo gjë që ata kanë brenda, me stolitë, bukuritë etj.

Në *Sahih* shënohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Ata që pinë (në këtë botë) me kupa ari ose argjendi nuk bëjnë gjë tjetër, por vetëm sa hedhin në barkun e tyre zjarr prej Xhehenemit."

Po në *Sahih* vjen hadithi tjetër, që thotë: "Mos pini në kupa prej ari ose argjendi, e as mos hani në pjata prej ari ose argjendi. Ato (enët prej ari dhe argjendi) janë për ata (jobesimtarët) në këtë botë dhe për ju në botën tjetër."

Disa njerëz thonë që urtësia e ndalimit të enëve prej ari dhe argjendi është te kursimi i pasurisë valutore. Ata thonë, se po të përdoreshin këto lloj enësh, atëherë kjo nuk do t'u shërbente interesave të shoqërisë. Kurse disa të tjerë thonë që ato janë të ndaluara, kështu që cilido që i përdor, tregohet mendjemadh dhe mospërfillës; madje, edhe një i varfër që i sheh ato e humb përulësinë e vet. Sidoqoftë, këto mendime nuk janë të sakta, dhe këtë do ta shpjegojmë.

Për shembull, po të ishte për kursim të pasurisë valutore, do të ndaloheshin edhe veshjet e zbukurimet prej ari e argjendi. Ndërsa shfaqja e mendjemadhësisë dhe e mospërfilljes nuk lejohet në asnjë rast. Për sa i përket të varfrit, të cilit i humb përulësia e vet, kjo është diçka që nuk mund ta themi me siguri, pasi i varfri mund të ndihet tepër i përulur kur shikon shtëpi luksoze, kopshte gjigante, mjete të shtrenjta e mahnitëse transporti, veshje të mrekullueshme e ushqim të shijshëm. Të gjitha këto, në fakt, janë të lejuara për njerëzit.

Mendimi ynë për qëllimin e kësaj ndalese - dhe Allahu e di më mirë - është se përdorimi i arit dhe i argjendit në këto forma ndikon në një mënyrë të atillë në zemër që kundërshton robërinë e vërtetë ndaj Allahut. Kjo është arsyeja përse Pejgamberi (s.a.u.s.) tha se ato ishin për jobesimtarët në këtë jetë, pasi jobesimtarët nuk kanë asnjë lidhje me robërinë e vërtetë ndaj Allahut, e cila do t'i jepte (po ta kishin sadopak) ndonjë shpërblim në botën tjetër. Robërit e Allahut nuk duhet t'i përdorin këto mjete në të tilla forma, pasi vetëm ata që nuk i zbatojnë kushtet e robërisë së tyre (ndaj Allahut) i përdorin ato në këtë jetë, sepse ata parapëlqejnë jetën e kësaj bote kundrejt ahiretit. Megjithatë, Allahu e di më mirë.

<u>Germa *Kaf*</u>

1. **Kurani**

Allahu i Madhëruar thotë: "…Ne kemi zbritur Kuranin, që është shërim dhe mëshirë për ata që besojnë (në monoteizmin Islam)…". Ndërsa në një ajet tjetër thotë: "O njerëz! Juve ju ka ardhur një Këshillë (Kurani) e mirë nga Zoti juaj dhe një shërues për atë që gjendet në gjoksin tuaj..." [Junus, 57]

Kurani është ilaçi i padiskutueshëm për të gjitha llojet e sëmundjeve dhe dobësive që prekin trupin dhe zemrën, si edhe për çdo fatkeqësi të jetës e të vdekjes. Sidoqoftë, jo të gjithë janë gatuar ose orientuar ta kenë Kuranin si ilaçin e tyre.

Nëse i sëmuri e shfrytëzon siç duhet ilaçin që përmban Kurani dhe e përdor atë mbi sëmundjen e tij me besim, sinqeritet e pa më të voglin dyshim, ndërkohë që i kryen e i zbaton të gjitha udhëzimet e nevojshme për këtë çështje, atëherë ta dijë se nuk ka sëmundje që mund t'i rezistojë këtij ilaçi.

Si mund t'i rezistojë sëmundja fjalëve të Zotit të tokës dhe të qiejve, të cilat, po t'i shpalleshin ndonjë mali, do ta struknin dhe do ta thërrmonin atë. Edhe sikur t'i shpalleshin tokës, do ta çanin atë mëdysh. Nuk ka asnjë sëmundje që prek trupin ose zemrën, e që Kurani të mos e ketë ilaçin e saj, apo edhe imunitetin ndaj saj. Por kjo vlen vetëm për ata të cilët Allahu i ka begatuar me mundësinë që ta nxënë, kuptojnë e zbatojnë Librin e Tij.

Ne kemi thënë më lart se Kurani përmban thelbin e diturisë së mjekësisë, ruajtjen e shëndetit, dietën dhe pastrimin nga substancat e këqija. Për sa u përket sëmundjeve që prekin zemrën, Kurani i përmend ato me hollësi dhe i orienton njerëzit tek ilaçi dhe kura e tyre e përshtatshme. Allahu i Madhëruar thotë: "A nuk u mjafton që Ne të kemi shpallur ty Librin që u lexohet atyre?" [Ankebut, 51].

Kurrë mos i shëroftë Allahu ata që nuk i shëron Kurani e që nuk u mjafton Ai (Allahu) si Ndihmues i tyre!

2. **Kastraveci i egër** (*Kiththa*)

Në *Sunen*-in e Tirmidhiut shënohet se Abdullah ibn Xhaferi ka thënë: "Pejgamberi (s.a.u.s.) hante *kithha* me hurma të pjekura."

Ky lloj kastraveci është i ftohtë dhe i lagësht në shkallë të dytë. Ai ul nxehtësinë e stomakut, nuk prishet shpejt dhe qetëson dhembjet e prostatës. Ai shërben në rastet kur njeriut i përzihet, ndërkohë që farat e tij janë diuretike. Përdorimi i gjetheve të *kiththa*-it si kompresa kuron plagët e kafshimit të qenit.

Kastraveci i egër nuk tretet lehtë. Ndonjëherë, ftohtësia e tij dëmton disa pjesë të stomakut. Për këtë arsye, ai duhet të shoqërohet me diçka që e zbut efektin e ftohtësisë dhe lagështisë së tij, ashtu siç bënte edhe Pejgamberi (s.a.u.s.), i cili e shoqëronte me hurma të pjekura. Ai mund të hahet edhe i shoqëruar me rrush të thatë ose me mjaltë, për ta bërë më të pranueshëm për stomakun.

3. ***Kust*-i indian**[1]

Në dy *Sahih*-ët është rrëfimi prej Enesit, që përcjell se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Kupat (*hixhame*-ja) dhe *kust*-i i detit janë ilaçet tuaja më të mira."

Imam Ahmedi sjell një hadith, sipas të cilit, Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Përdoreni këtë dru indian, sepse ai përmban shtatë lloj ilaçesh, ndër të cilët një ilaç për plevitin."

Ka dy lloje të këtij druri: *kusti*-i bardhë, që quhet ndryshe '*kust*-i i detit', dhe *kust*-i indian, që është më i nxehti i kësaj familjeje. Megjithatë, të dyja llojet janë tepër të dobishme.

[1] Flitet për një lloj druri, që i përket familjes së aloes, siç duket edhe nga shpjegimi i autorit mbi temën *Aloeja indiane*.

Kust-ët janë të nxehtë dhe të thatë në shkallë të tretë. Ata shërbejnë për largimin e këlbazës dhe të të ftohtit. Nëse merren si pije, ata ndihmojnë mëlçinë dhe stomakun e dobët, por luftojnë edhe të ftohtët që shoqëron këto raste. *Kust*-ët ndihmojnë edhe kundra etheve *kuartrane* (që përsëriten çdo katër ditë), kundra dhembjeve në ijë e në brinjë dhe kundra helmimeve. Puçrrat që shfaqen në fytyrë mund të largohen shumë mirë nëse e lyen atë me *kust* të përzier me ujë e mjaltë. Galeni ka thënë që *kust*-i shëron tetanozin, dhembjet në brinjë e ijë dhe zhduk puçrrat.

Disa mjekë të paditur e mohojnë rolin efikas të *kust*-it si ilaç kundra dhembjeve në ijë. Po t'u tregosh këtyre farë mjekëve se çfarë ka thënë Galeni për *kust*-in, ata do ta pranonin menjëherë, sikur të ishte tekst hyjnor.

Shumë doktorë kanë deklaruar se *kust*-i është i këshillueshëm për ato dhembje në ijë që shoqërohen me këlbazë, siç ka përcjellë El Hattabi nga Muhamed ibn Xhehmi.

E kemi thënë edhe më lart, që: dallimi ndërmjet recetave që përmban mjekësia e Pejgamberit (s.a.u.s.) dhe recetave të mjekëve profesionistë është shumë herë më i madh sesa dallimi ndërmjet mjekësisë amatore dhe mjekësisë profesioniste. Kemi thënë, gjithashtu, se të krahasosh pohimet që vijnë nga Shpallja hyjnore me ato që vërtetohen nga përvoja e eksperimenti, është njëlloj sikur të krahasosh zotërinë fisnik me një raja të rëndomtë. Kurse mjekët injorantë (që shpërfillin mjekësinë profetike), kur mësojnë për ndonjë kurë të përgatitur nga doktorët çifutë, të krishterë a politeistë, e pranojnë dhe e përvetësojnë menjëherë atë.

Gjithsesi, ne nuk e mohojmë që një rol të rëndësishëm në efikasitetin e barnave dhe kurave luajnë dhe mënyrat tradicionale të individit. Kështu, ata që janë mësuar me disa lloje ushqimesh dhe ilaçesh përfitojnë prej tyre më tepër sesa ata që nuk janë mësuar me to, të cilat, nganjëherë, nuk kanë asnjë lloj efekti te kjo kategori e dytë (që nuk është mësuar me ato ushqime e ilaçe).

Këshillat e doktorëve më të mirë nuk vlejnë për çdo lloj rasti dhe vendi. Megjithatë, futja në korniza të caktuara e këtyre recetave nuk e ul aspak shkallën e diturisë së tyre. Ky parim është akoma edhe më i vlefshëm për këshillat mjekësore të Pejgamberit (s.a.u.s.). Nuk duhet harruar, gjithashtu, se zemrat e njerëzve e kanë në natyrë injorancën dhe padrejtësinë, përveç atyre që Allahu u ka falur dritën e udhëzimit dhe të fesë së vërtetë.

4. **Kallamsheqeri** (*Kasab es Sukker*)

Sheqeri është një artikull relativisht i ri, që nuk përmendej, madje as nuk njihej nga brezat e hershëm. Kjo shpjegon përse ata nuk kanë folur për rolin e tij në llojet e ndryshme të pijeve ose të barnave. Ndërsa mjalti, nga ana tjetër, është përdorur gjerësisht si pije dhe si ilaç.

Kallamsheqeri është i nxehtë dhe i lagësht. Ai ndihmon në qetësimin e kollës dhe eliminon lëngjet e tepërta në trup, prostatë dhe kraharor. Ai është laksativ më efikas sesa vetë sheqeri. Nga ana tjetër, kallamsheqeri shkakton të vjella, është diuretik dhe nxit prodhimin e spermës.

Affan ibn Muslim El Saggari ka thënë: "Kush thith një kallamsheqeri pas buke, do të ndihet mirë gjatë gjithë ditës." Kallamsheqeri i zier zbut fytin dhe kraharorin. Megjithatë, ai shkakton gazra në bark, të cilat mund të shmangen nëse kallamsheqerin e qëron dhe e lan me ujë të nxehtë, përpara konsumimit.

Sheqeri është i nxehtë dhe i lagësht. Lloji më i mirë është sheqeri i bardhë, sidomos kur ka kaluar njëfarë kohe pas prodhimit. Sheqeri i zier dhe i skremuar (si sherbet) shuan etjen dhe qetëson kollën.

Kallamsheqeri nuk është i këshillueshëm për stomakun që vuan nga vreri, por efektet negative të tij mund të zvogëlohen nëse e përzien me lëng limoni, nerënxë dhe shegë të qëruar.

Disa njerëz pëlqejnë kallamsheqerin më tepër se mjaltin, sepse nuk është aq i nxehtë sa mjalti dhe ngaqë është më i lehtë për stomakun. Por ky qëndrim nuk është i drejtë, pasi dihet që mjalti është më i dobishëm sesa kallamsheqeri. Allahu i Madhëruar e ka bërë mjaltin edhe ilaç, edhe ëmbëlsirë. E si mund të krahasohen vlerat e mjaltit me ato të kallamsheqerit?! Mjalti i jep shëndet stomakut, zbut procesin natyral dhe forcon shikimin. Nëse bën gargarë me të, ai shëron difterinë. Me mjaltë kurohen paraliza faciale dhe hemiplegjia. Ai ndihmon kundra çdo lloj sëmundjeje të ftohtë që shkaktohet nga lagështia e tepërt. Mjalti e heq lagështinë e tepërt nga trupi, ruan shëndetin, shton prodhimin e spermës, pastron stomakun dhe dekompozon ushqimin që ndodhet brenda tij. Gjithashtu, ai pastron zorrët, lufton krimbat dhe parandalon mbingrënien e dëmshme. Mjalti është ushqim i mirë dhe i këshillueshëm për ata që vuajnë nga këlbaza (flegma) dhe për të moshuarit.

Me pak fjalë, nuk ka send tjetër që të jetë më i dobishëm për trupin sesa mjalti, qoftë si ushqim a ilaç, qoftë edhe si përbërës apo konservues i barnave në përgjithësi, madje duke qenë njëkohësisht edhe forcues i stomakut. Nga mjalti vijnë edhe shumë përfitime të tjera. E si mund të përqaset ai me kallamsheqerin, i cili, në fakt, nuk ka as një grimë të vlerave që përmban mjalti?!

Germa *Keff*

Shkrimet (*Kitab*)

Ky kapitull përmban shkrimet e recetave hyjnore, të quajtura ndryshe *rukje*.

1. **Rukje për ethet**

El Mirvazi tregon: "Ebu Abdullahi (Imam Ahmedi) mori vesh se unë po vuaja nga ethet, prandaj dërgoi një rukje për mua, që lexonte kështu (por në arabisht):

"*Me emrin e Allahut, Mëshiruesit, Mëshirëplotit. Me emrin e Allahut dhe duke u mbështetur tek Allahu.*
"Ne (Allahu) thamë: 'O zjarr! Bëhu i ftohtë dhe i sigurt për Ibrahimin!' Ata synonin t'i bënin keq atij, por Ne i bëmë ata dështakët më të mëdhenj." [Enbija, 69-70]
O Allah, Zoti i Xhibrilit, Mikailit dhe Israfilit! Shëroje këtë person nëpërmjet kësaj rukjeje, me fuqinë, forcën dhe pushtetin Tënd, o Zoti i krijesave! Amin!"

Përsëri El Mirvazi rrëfen se Ebu Xhafer Muhamed ibn Aliu u pyet për mbajtjen e rukjeve të shkruara dhe u përgjigj: "Nëse ato janë me pjesë nga Libri i Allahut ose nga ndonjë hadith autentik i Pejgamberit (s.a.u.s.), atëherë mbajini dhe përdorini si kura sa më shumë të jetë e mundur." Ebu Abdullahi (imam Ahmedi) e dëgjoi këtë rrëfim dhe nuk shprehu ndonjë kundërshtim.

Po ashtu, imam Ahmedi nuk ka shprehur ndonjë kundërshtim kur është pyetur për mbajtjen e rukjeve në raste sëmundjesh apo fatkeqësish. Ndërsa El Khallali tregon se Abdullahi, i biri i Ahmedit, i ka thënë që i ati (imam Ahmedi) bënte rukje, duke shkruar disa lutje në to, për njerëzit që vuanin nga fobitë ose nga ethet.

Një rukje për shtatzënitë e vështira

El Khal-lali rrëfen përsëri se Abdullahi, i biri i Ahmedit, i ka thënë që i ati shkruante rukje mbi një objekt të pastër për gratë që kishin shtatzëni me probleme. Në rukje ai shkruante pikërisht hadithin e përcjellë nga Ibn Abasi:

“Nuk ka të adhuruar tjetër me meritë përveç Allahut, Falësit dhe Mëshiruesit absolut! Të gjitha lavdërimet i takojnë Allahut, Zotit të Arshit madhështor!

“Të gjitha falënderimet i takojnë Allahut, Zotit të botëve.” [Fatiha, 1]

“Ditën kur ta shohin atë, do t’u duket sikur kanë qëndruar (në dynja) veçse një pasdite ose një mëngjes.” [Naziat, 46]

“Ditën kur të shohin atë (ndëshkim) që u është premtuar, atyre do t’u duket sikur nuk kanë qëndruar (në dynja) më shumë se një orë ose një ditë. Kjo është shpallje e qartë. E kush do të shkatërrohet tjetër, përveç popullit të pabindur.” [Ahkaf, 35]

El Khal-lali tregon përsëri se një burrë shkoi tek imam Ahmedi dhe e luti t’i shkruante një rukje për gruan e vet, që kishte dy ditë me dhembjet e lindjes. Imam Ahmedi i kërkoi burrit t’i sillte një tas të gjerë me pak shafran (dhe shkroi rukjen për gruan në fjalë). Ai tregon, gjithashtu, se imam Ahmedi e ka bërë këtë rukje për shumë njerëz të tjerë.

Ikrima ka rrëfyer se Ibn Abasi ka thënë që: “Njëherë, Isai, i Dërguari i Allahut, kaloi pranë një lope që po vuante shumë në lindje. Lopa tha: - O Fjalë e Allahut (duke iu drejtuar Isait)! Lute Allahun të më çlirojë nga këto vuajtje që po heq! - E ai tha: - O Krijuesi i shpirtit nga një tjetër shpirt, që sjell në jetë një shpirt brenda një tjetër shpirti, çliroje atë! - Pas kësaj, lopa e lindi të voglin e saj dhe, menjëherë, filloi ta nuhaste.” Atëherë, Ibn Abasi tha: “Kështu, kur gruaja kalon një lindje të vështirë, shkruajini (dhe këndojini) këtë lutje.”

Këto rukje që po përmendim ne janë vërtet të dobishme, me lejen e Allahut. Shumë dijetarë nga brezi i selefëve e kanë lejuar që njeriu të shkruajë Kuran (pjesë nga ai) dhe pastaj ta pijë ujin e tij (ku është futur sendi mbi të cilin janë shkruar ajetet), si ilaç për sëmundje.

Një rukje tjetër për gratë shtatzëna

Në një poçe të pastër shkruhen këto ajete:

"Kur qielli të çahet, duke dëgjuar Zotin e vet, siç e ka për detyrë; kur Toka të sheshohet (nga rrënimi i maleve) dhe të flakë atë që ka brenda e të zbrazet…" [Inshikak, 1-4]

Pastaj, gruaja shtatzënë pi ujë nga kjo poçe, ndërsa një pjesë e hedh mbi bark.

Rukje për gjakrrjedhjen nga hundët

Në këtë rast, Ibn Tejmije shkruante këtë ajet mbi ballë:

"Dhe pastaj u tha: 'O Tokë! Thithe ujin tënd, dhe ti, o Qiell (mbaje shiun tënd)!' E uji u detyrua të nënshtrohej, kurse Vendimi (i Zotit) u krye."

Unë, madje, e kam dëgjuar atë (Ibn Tejmijen) të tregojë se e ka shkruar atë ajet për njerëz të tjerë, dhe se ata janë shëruar. Ibn Tejmije, gjithashtu, ka thënë: "Nuk lejohet që ta shkruash atë (ajet) me gjakun që del nga hundët, siç bëjnë disa injorantë, sepse gjaku është i papastër, kështu që është e ndaluar të shkruash me të Fjalën e Allahut."

Zgjidhje tjetër për gjakrrjedhjen nga hundët

Dëshmohet, se njëherë, profeti Musa veshi një rrobë të sipërme dhe doli jashtë. Ndërkohë, atij filloi t'i dilte gjak nga hundët, kështu që ai, si zgjidhje, e zuri hundën (me dorë a me rrobë).

Rukje për mykun në lëkurë

Në këtë rast, shkruhet:

"… pastaj atë e përfshin një ciklon i ashpër, dhe e zhduk…".

Rukje tjetër për mykun në lëkurë

Kur dielli bëhet i verdhë, shkruhet ky ajet: "O ju (ithtarë të Librit) që besuat (në Musain dhe Isain), ruajuni Allahut dhe besoni në të Dërguarin e Tij (Muhamedin), se ai do t'ju dhurojë pjesë të dyfishtë nga mëshira e Vet, do t'ju japë dritë, me ndihmën e së cilës do të ecni, dhe do t'ju falë. Allahu është Falës dhe Mëshirëplotë." [Hadid, 28]

Rukje për ethet tri-ditore

Në tri copa letrash, të ndara nga njëra-tjetra, shkruhet: *"Me emrin e Allahut, ajo po largohet. Me emrin e Allahut, ajo është nënshtruar. Me emrin e Allahut, ajo po shuhet."*

Më pas, në secilën ditë duhet të gëlltisësh njërën copë të letrës me pak ujë.

Rukje për shiatikun

Shkruaj: *"Me emrin e Allahut! O Allah, Zoti i gjithçkaje, Zotëruesi i gjithçkaje dhe Krijuesi i Gjithçkaje! Ti më ke krijuar mua dhe nervin shiatik. Mos i jep atij pushtet mbi mua, e mos më lejo mua që ta pres atë. Më shëro mua plotësisht dhe ma zhduk sëmundjen! Askush tjetër nuk shëron, përveç Teje!"*

Rukje për hemorragjinë e jashtme

Tirmidhiu sjell prej Ibn Abasit rrëfimin se i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) i mësonte ata të këndonin rukjen e mëposhtme, kundra etheve apo dhembjeve të ndryshme: *"Me emrin e Allahut, më të Madhit! Unë kërkoj mbrojtje nëpërmjet Allahut, të Gjithëpushtetshmit, nga e keqja e hemorragjisë së jashtme dhe nga e keqja e nxehtësisë së zjarrit!"*

Rukje për dhembjen e dhëmbit

Shkruaj në faqen që është më afër vendit që dhemb: *"Me emrin e Allahut, Mëshiruesit, Mëshirëplotit! Është Ai që e ka krijuar për ju*

(shqisën e) të dëgjuarit, të shikuarit (sytë) dhe të kuptuarit (zemrën); sa pak po falënderoni!"
Ose: *"Atij i përket gjithçka që gjendet në natë dhe në ditë, e Ai është Gjithëdëgjuesi dhe i Gjithëdituri."* [En'am, 6]

Rukje për të thatët
Shkruaj këto fjalë e vendosi mbi të thatë (çiban): *"Ata të pyesin ty për malet. Thuaju: 'Zoti im do t'i shpërthejë ato e do t'i bëjë pluhur; pastaj Ai do t'i kthejë ato si fusha të rrafshëta'."* [Ta Ha, 105-106]

2. **Kërpudhat** (*Kemah*)

Në dy *Sahih*-ët gjendet hadithi i Pejgamberit (s.a.u.s.), që thotë: "*Kemah*-a është një lloj *menna*-je, kurse lëngu i saj është ilaç për sytë."

Kemah-a rritet nën tokë, në gjendje të egër. Ajo quhet *kemah* pikërisht sepse rritet e fshehur nën tokë. *Kemah*-a nuk ka gjethe ose kërcell.

Esenca e *kemah*-ës është pjesërisht tokësore dhe pjesërisht ajrore. Ajo rri e fshehur nën tokë gjatë dimrit, ndërsa kur nisin shirat e pranverës, ajo fillon të shfaqet mbi tokë. Ja pse ajo quhet ndryshe "lija e tokës", pasi është vërtet e ngjashme me sëmundjen e lisë, e cila shkaktohet nga avujt e bllokuar me gjak, gjendja e të cilëve rëndohet më tepër gjatë fëmijërisë së hershme të njeriut, atëherë kur trupi fillon të forcohet.

Kemah-at rriten në pranverë dhe hahen të gjalla ose të ziera. Arabët e quanin *kemah*-ën "bima e vetëtimave", sepse ajo shfaqet menjëherë pas reshjeve me vetëtima.

Beduinët i kanë kërpudhat pjesë të ushqimit të përditshëm. Më të mirat janë kërpudhat *kemah* që rriten në tokë ranore të thatë. Në fakt, ka disa lloje kërpudhash, ndër të cilat njëra është helmuese, me ngjyrë disi të kuqe, që shkakton mbytje (asfiksi).

Kemah-a është e ftohtë dhe e lagësht në shkallë të tretë. Ajo nuk është e pëlqyeshme për stomakun, pasi nuk tretet lehtë. Ngrënia e shpeshtë e *kemah*-ës shkakton kapsllëk, dhembje gastrike, paralizë faciale, dhembje barku dhe djegie urine.

Kërpudhat e njoma janë më pak të dëmshme se ato të thata. Për këtë arsye, kush dëshiron të hajë *kemah*-a duhet t'i groposë ato së pari në një vend me baltë, t'i ziejë në ujë, dhe pastaj t'u hedhë kripë, mendër, vaj dhe në fund erëza. Veprohet kështu sepse *kemah*-a ka esencë të rëndë tokësore, ndonëse përmban një sasi të vogël uji që e bën paksa të lehtë.

Përveç këtyre, lyerja e syve me *kemah*-a është e këshillueshme në rastet e shikimit të dobët dhe të oftalmisë. Disa nga doktorët më të shquar janë të mendimit që lëngu i kësaj kërpudhe ndihmon në forcimin e shikimit.

Ka dy shpjegime rreth thënies së Pejgamberit (s.a.u.s.): "*Kemah*-a është një lloj *menna*-je, kurse lëngu i saj është ilaç për sytë."

Disa njerëz thonë që *menna*-ja që Allahu i fali bijve të Izraelit nuk qe vetëm ëmbëlsira që njohim ne, por përfshinte edhe disa bimë të tjera që rriten vetvetiu, në gjendje të egër, domethënë, pa u kultivuar nga njerëzit. *Menna*, sipas tyre, ka kuptimin *privilegj*, kështu që çdo lloj mirësie që Allahu u fal njerëzve, pa ndonjë përpjekje e lodhje nga ana e tyre, quhet *menna*. Në fakt, të gjitha mirësitë e Allahut për njerëzit janë privilegje prej Tij, por Allahu e ka përmendur këtë lloj privilegji si diçka të veçantë, pasi ai nuk kërkon asnjë mundim e përpjekje nga ana e njeriut, dhe ky lloj i veçantë quhet *menna*.

Gjatë viteve të endjes së tyre nëpër tokë, bijtë e Izraelit (hebrenjtë) ushqeheshin me kërpudha *kemah*, në vend të bukës. Përveç saj, Allahu i furnizonte ata me shkurtëza (lloj zogu), të cilat u mjaftonin si mish, ndërsa si ëmbëlsirë u dha *menna*-në, e cila rridhte nga pemët. Në këtë mënyrë, atyre iu sigurua një ushqim i kompletuar me të gjithë përbërësit e nevojshëm.

Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë gjithashtu: "*Kemah*-a është një lloj *menna*-je që Allahu ua zbriti bijve të Izraelit."

Nisur nga ky hadith, disa mendojnë se *kemah*-a është një lloj *menna*-je, ndonëse fjala *menna* përdoret zakonisht për të shenjuar vesën që krijohet në pemë e që njihet ndryshe me emrin e saj të parë *taranxhabin*.

Sipas një shpjegimi të dytë, *kemah*-a është quajtur *menna*, sepse ajo ngjan shumë me *menna*-në që krijohet në pemë, e cila vilet pa patur nevojë që ta mbjellësh (kultivosh) ose ta ujisësh.

Dikush mund të pyesë: Kur *kemah*-a qenka e tillë, atëherë si shpjegohen disa efekte negative të saj?

Le të dihet se Allahu e ka krijuar çdo gjë në formë dhe përmbajtje të përkryer. Krijimi i Allahut nuk ka asnjë të metë dhe asnjë aspekt negativ, por është gjithmonë i dobishëm për njeriun. Kurse sëmundjet e ndryshme janë shfaqur më vonë, pasi krijesat që bëri Allahu u 'ndotën' disi prej përzierjes ose përlyerjes me substanca të tjera, e kështu me radhë. Nëse krijimi i Allahut e ka të paprekur gjendjen e tij fillestare, atëherë ai nuk përmban asnjë të metë ose efekt negativ.

Ata që kanë njohuri të thella mbi botën dhe krijimin e dinë që çdo lloj e keqeje ose rreziku që gjendet në ajër, tokë, bimësi dhe sende të tjera është shfaqur pasi ato janë krijuar. Në të njëjtën mënyrë, kur njerëzit filluan të mos u binden profetëve të tyre, u shfaqën e u përhapën të gjitha llojet e të këqijave, si në aspektin e përgjithshëm (shoqëror), edhe në atë individual, të cilat u shkaktojnë atyre dhembje, vuajtje, sëmundje, murtaja, uri, humbje të bereqetit të tokës dhe të prodhimeve të saj. Dalëngadalë, frutat dhe pemët e humbën vlerën dhe cilësinë e tyre.

Nëse ka ndonjë që nuk i kupton këto fakte, le të mjaftohet me ajetin vijues, që të kuptojë: "Të këqijat në tokë dhe në det janë

shfaqur si pasojë e asaj që ka bërë njeriu me duart e tij." [Rum, 44] Shiko çfarë ndodh në këtë botë dhe çfarë thotë ky ajet, e pastaj bëj përqasjen.

Për më tej, të gjithë e vënë re se si sëmundje të ndryshme prekin bimët, kafshët dhe frutat. Këto sëmundje sjellin vetëm lloje të tjera sëmundjesh. Sa më shumë gjynahe e të këqija të bëjnë njerëzit, aq më tepër sëmundje u zbret Allahu te ushqimet e tyre, te frutat, ajri, burimet ujore, në trup dhe në pamjen e jashtme. Madje, kur sjellja e njeriut vuan nga ndonjë lloj sëmundjeje ose përçudnimi, ajo është në përputhje me gjynahet e zullumet që ka bërë trupi i tij.

Më përpara, drithërat e kanë patur farën më të madhe sesa sot, pasi bekimi i tyre ka qenë më i madh sesa sot. Imam Ahmedi tregon se: "Njëherë, në një hambar që u përkiste anëtarëve të dinastisë Omejade, u gjet një vandak me grurë, që e kishte farën të madhe sa një bërthamë hurme. Mbi të ishin shkruar këto fjalë: '*Ky grurë bëhej atëherë kur ishte drejtësia që mbizotëronte*'." Imam Ahmedi e përmend këtë ngjarje pas tregimit të një prej haditheve të Pejgamberit (s.a.u.s.).

Pjesa më e madhe e sëmundjeve janë gjurmë dhe pasoja të ndëshkimeve që kanë goditur popujt më të hershëm. Këto sëmundje kanë mbetur për ata që ndjekin rrugën e atyre popujve, duke patur një ndëshkim të ngjashëm. Kështu thotë pikërisht një hadith i Pejgamberit (s.a.u.s.) për murtajën: "Ajo është gjurmë e një ndëshkimi që Allahu ka zbritur mbi bijtë e Izraelit (çifutët)."

Po ashtu, Allahu i dërgoi si ndëshkim popullit të Adit një erë shfarosëse, që zgjati shtatë ditë dhe shtatë net. Përsëri, Allahu i Madhëruar ka lënë një pjesë të kësaj ere, për t'u kujtuar popujt që vijnë më pas (se çfarë ndodhi me Adin).

Allahu i Madhëruar i ka bërë veprat e mira dhe të këqija si shkaktarë të shumë gjendjeve dhe ngjarjeve të kësaj bote. Për shembull, kur njerëzit nuk kryejnë detyrimet ose nuk shpenzojnë në bamirësi, atëherë nuk bie shi, kështu që pllakos zia e bukës. Kur

nëpërkëmben të mjerët dhe të pafuqishmit, kur mashtrohet në peshë (e matje) dhe kur i forti dhunon të drejtat e të dobëtit, si pasojë vjen ashpërsimi i tiranisë së sunduesve. Kjo do të thotë që sunduesit e padrejtë nuk mëshirojnë kur u kërkohet mëshirë, e nuk tregohen bujarë kur u kërkohet bujari. Në fakt, sjellja e sunduesve nuk është gjë tjetër, por veçse një pasqyrim i thjeshtë i sjelljes dhe i veprave të popullit të tyre.

Allahu i Madhëruar, me urtësinë dhe caktimin e Tij të drejtë, e bën botën që t'u shfaqet njerëzve në pamjen që u përshtatet veprave të tyre. Ndonjëherë, Ai godet me uri, ndonjëherë me luftë e armiqësi, ndonjëherë me sundues të padrejtë, ndonjëherë me sëmundje, e ndonjëherë me ankth e pikëllim të vazhdueshëm. Allahu mund t'i ndëshkojë njerëzit edhe duke iu ndërprerë të mirat prej Tij, ose duke lejuar shejtanët që t'i vënë nën kontroll ata, duke i çuar drejt dënimit të sigurt (Xhehenemit). Në përfundim, njerëzit do të shkojnë drejt asaj rruge për të cilën janë krijuar (të Xhenetit ose të Zjarrit).

Nëse i mençuri mediton pak për botën dhe kërkon vendet ku Allahu ka demonstruar drejtësinë dhe urtësinë e Tij, ka për të kuptuar që profetët dhe ndjekësit e tyre kanë kaluar dhe kalojnë nëpër udhën më të sigurt, ndërsa të gjithë njerëzit e tjerë marshojnë nëpër rrugën e shkatërrimit, drejt vendit të dështimit. Sigurisht që vendimet dhe gjykimet e Allahut të Madhëruar do të dalin të suksesshme në fund, dhe këtë e bën Ai, pasi i gjithë suksesi vjen vetëm nga Allahu.

Ndërsa për pjesën tjetër të thënies së Pejgamberit (s.a.u.s.): "…Kurse lëngu i saj (*kemah*-ës) është ilaç për sytë", janë dhënë tri shpjegime:

1. Lëngu i *kemah*-ës është një përbërës i ilaçeve për sëmundjet e syrit, jo që përdoret vetëm ajo.
2. *Kemah*-a përdoret e papërzier me gjëra të tjera, duke e vluar në ujë dhe duke i marrë lëngun e përftuar. Vlimi në zjarr e zbut kërpudhën dhe ia heq lëngjet e dëmshme që ajo përmban, duke mbetur kështu vetëm lënda e dobishme.

3. Shprehja "*lëngu i saj*" nënkupton ujin e shiut, që e bën kërpudhën të rritet, e cila është, në fakt, shenja e parë e shiut që bie. Kësisoj, hadithi ka folur për shiun, e jo për kërpudhat.

Këtë shpjegim të tretë e ka përmendur Ibn Xheuzi, që është edhe mendimi më i dobët ndër tre të renditurit.

Disa njerëz thonë që kuptimi i kësaj pjese (të dytë) të hadithit është që lëngu i *kemah*-ës shërben për ta freskuar syrin. Kështu, lëngu i saj, vetëm, është një lloj ilaçi, kurse pjesët e tjera mund të futen si përbërës në barnat e përziera.

El Gafikiu ka thënë: "Lëngu i *kemah*-ës është ilaçi më i mirë për syrin, nëse përzihet me *ithmid*, e pastaj me të lyen qerpikët. Ai forcon qepallat dhe shikimin, ashtu sikurse parandalon edhe shumë sëmundje të syrit."

3. ***Kebath***-i (Fruta e pemës *arak*)

Në dy *Sahih*-ët vjen rrëfimi i Xhabir ibn Abdullahit, që thotë: - Ishim me të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.) duke vjelur *kebath*-ë, kur ai (s.a.u.s.) tha: "Merrni *kebath*-ët e zinj, sepse ata janë më të mirë."

Kebath quhet fryti i pemës *arak*, e cila rritet në zonën e Hixhazit (dhe degët e së cilët përdoren për misvak, siç e kemi thënë). Ai është i nxehtë e i thatë, me të njëjtat dobi që ka edhe pema e cila e prodhon: forcon stomakun, ndihmon tretjen, shkrin këlbazën dhe largon dhembjet e shpinës e shumë sëmundje të tjera. Ibn Xhulxhuli ka thënë: "Pirja e kompostos së *kebath*-it shton urinimin dhe pastron prostatën." Ndërsa Ibn Ridvani ka thënë që *kebath*-i forcon stomakun dhe shmang diarrenë.

4. **Skerbulli** (*Ketem*)

Buhariu sjell në *Sahih*-un e tij hadithin e Othman ibn Abdullah ibn Meuhabit, që rrëfen: "Kur shkuam te Ummu Selemeja, ajo nxori

disa flokë të Pejgamberit (s.a.u.s.), që ishin të lyer me këna dhe skerbull.[1]"

Në katër *Sunen*-et (ai i Ebu Daudit, i Tirmidhiut, i Nesaiut dhe i Ibn Maxhes) ndodhet hadithi i Pejgamberit (s.a.u.s.), që thotë: "Kënaja dhe *ketem*-i janë lëndët më të mira që ju përdorni për të ndryshuar ngjyrën e flokëve të bardhë."

Në dy *Sahih*-ët shënohet rrëfimi i Enesit, që thotë, se njëherë, Ebu Bekri i leu flokët me këna dhe skerbull. Kurse Ebu Daudi sjell një hadith të treguar prej Enesit, sipas të cilit: "Njëherë, një burrë që i kishte lyer flokët me këna kaloi pranë Pejgamberit (s.a.u.s.), i cili tha: "Sa e mirë që është kjo (kënaja)!" Pastaj kaloi një burrë tjetër, që i kishte lyer flokët me këna dhe me *ketem*, dhe Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Kjo (mënyrë) është akoma edhe më e mirë!" Më vonë, kaloi një burrë tjetër, që kishte përdorur *sufrah* (bojë flokësh e zezë), dhe Pejgamberi (s.a.u.s.) kësaj here tha: "Kjo është më e mira nga të gjitha!"

El Gafikiu shpjegon: "Skerbulli është një lloj bime që rritet në lugina e që i ka gjethet të ngjashme me ato të ullirit. Frytet e tij, që kanë madhësinë e një speci, përmbajnë disa fara në mes. Kur i shtyp këto fara, ato bëhen të zeza. Ndërsa gjethet, po t'i shtrydhësh dhe t'u pish lëngun, shkaktojnë të vjella. Megjithatë, *ketem*-i mund të shërbejë si ilaç kundra kafshimit të qenit. Lëngu që lëshon kërcelli i tij gjatë zierjes në ujë përdoret si bojë."

El Kindi shton: "Nëse farat e *ketem*-it përdoren si *kuhl* (për të lyer qerpikët), ato pastrojnë syrin nga lëngjet që ai mbledh."

Disa njerëz mendojnë se *ketem* është isati ngjyrues (v*asmah*),[2] i cili quhet ndryshe 'Gjethja e Nilit'. Kjo nuk është e vërtetë, sepse isati është një bimë krejt tjetër. Për këtë, autori i *Sahih*-ut thotë: "*Ketem*-i

---

[1] *Skerbulli* - emri shkencor: *amorpha,* bimë e gjinisë *indigofera* dhe e familjes *papilionoideae* (shën. i përkth.).
[2] *Isati ngjyrues* - emri shkencor i saj është: *isatis tinctoria.*

që përdoret për të lyer flokët është një bimë, që gabimisht pandehet për isatin."

Isati ka gjethe të gjata, me ngjyrë të kaltër, të cilat janë më të mëdha se gjethet e *khilaf*-it. Ato ngjajnë me gjethet e bizeles, por janë, sigurisht, më të mëdha se ato. Isati gjendet në Hixhaz dhe në Jemen.

Dikush mund të thotë se në *Sahih* tregohet që Pejgamberi (s.a.u.s.) nuk i lyente flokët. Atëherë, si shpjegohet kjo?

Ne përgjigjemi duke thënë se imam Ahmedi ka sjellë dëshmi nga sahabë të tjerë që Pejgamberi (s.a.u.s.) i ka lyer flokët. Kështu, ata që kanë dëshmuar një veprim nuk janë si ata që nuk e kanë dëshmuar atë (por që vetëm e deklarojnë me gojë). Imam Ahmedi e ka pohuar i sigurt që Pejgamberi (s.a.u.s.) i ka lyer flokët, ndonëse imam Maliku nuk e ka pranuar këtë.

Është një hadith te *Sahih*-u i Muslimit, ku ndalohet lyerja me të zezë e flokëve. Më konkretisht, kjo ndodhi kur babain e Ebu Bekrit, që ishte thinjur plotësisht, e çuan përpara Pejgamberit (s.a.u.s.), i cili, kur e pa, tha: "Lyejani flokët e tij të bardhë, por jo me bojë të zezë." Dihet se *ketem*-i i bën flokët të zinj. Po për këtë hadith, pra, çfarë shpjegimi jepet?
Në fakt, për këtë rast janë dhënë dy përgjigje:

1. Vërtet, Pejgamberi (s.a.u.s.) e ndaloi lyerjen me të zezë të flokëve, por nëse boja e zezë përzihet me këna, atëherë nuk ka më problem. *Ketem*-i i bashkuar me kënanë jep një ngjyrë mes të kuqes dhe të zezës, ndryshe nga *vasmah*-u, i cili i nxin plotësisht flokët. Kjo është edhe përgjigjja më e pranueshme e çështjes në diskutim.
2. Përgjigjja e dytë është që lyerja e flokëve me të zezë bëhet ndonjëherë për të gënjyer të tjerët. Për shembull, një grua e vjetër në moshë (e thinjur) i bën flokët të zinj për të gënjyer burrin ose të tjerët, ose një burrë plak i lyen flokët për të gënjyer një grua (për qëllim martese, ndoshta). Ky pra, është një lloj mashtrimi, prandaj nuk lejohet.

Nga ana tjetër, nëse lyerja e flokëve me të zezë nuk bëhet për qëllime mashtrimi, ajo lejohet. Ka dëshmi autentike që tregojnë se Hasani dhe Husejni i ngjyenin rregullisht flokët me të zezë, siç përcjell Ibn Xheriri, i cili vërteton gjithashtu se ky ka qenë edhe qëndrimi i (sahabëve) Othman ibn Affanit, Abdullah ibn Xhaferit, Sad ibn Ebu Uekasit, Ukbe ibn Amirit, Mugira ibn Shubes, Xherir ibn Abdullahit dhe Amër ibn El Asit. Ai thotë se të njëjtin qëndrim kanë patur edhe disa tabiinë, si Amër ibn Othmani, Ali ibn Abdullah ibn Abbasi, Ebu Seleme ibn Abdurrahmani, Abdurrahman ibn El Esuedi, Musa ibn Talhai, Zuhriu, Ejubi dhe Ismail ibn Mad Jekribi. Kurse Ibn Xheuzi e ka lidhur këtë mendim edhe me Muharib ibn Ditharin, Jezidin, Ibn Xhurejxhin, Ebu Jusufin, Ebu Is'hakun, Ibn Ebu Lejlan, Zijad ibn Alakan, Gajlan ibn Xhemiun, Nafi ibn Xhubejrin, Amër ibn Ali El Mukaddemiun dhe Kasim ibn Selamin.

5. ***Kerm*-a ose hardhia**

Nuk është e pëlqyeshme që ta quash hardhinë (në arabisht) *kerm* (fisnik), siç ka thënë Pejgamberi (s.a.u.s.), sipas hadithit që sjell Muslimi: "Asnjëri prej jush të mos e quajë *kerm* hardhinë, sepse *kerm* (fisnik) është muslimani." Sipas një varianti tjetër, ai (s.a.u.s.) ka thënë: "*Kerm* është zemra e besimtarit." Përcillet, gjithashtu, edhe ky hadith, që thotë: "Mos e quani atë (rrushin) *kerm*, por thuajini 'rrush' ose 'hardhi'.

Arabët e quanin *kerm* hardhinë, për shkak të përfitimeve të jashtëzakonshme që kishin prej saj. Edhe Pejgamberi (s.a.u.s.) e konsideroi të urryer këtë emërtim të veçantë për hardhinë, pasi kjo ndikon në zemrat që ta pëlqejnë atë ose prodhimin që del prej saj: alkoolin, nënën e të gjithë ndyrësive. Pejgamberi (s.a.u.s.) e ndaloi që të quhej me një nga emrat më të bukur ajo prej së cilës dikur prodhohej alkooli.

Së dyti, ka një ngjashmëri (në stil) mes hadithit të mësipërm dhe këtij vijues: "Njeri i fortë nuk është ai që i mund të tjerët fizikisht."

Ose: "I varfër nuk është ai që endet andej-këtej (duke lypur)." Kësisoj, hadithi që po diskutojmë ka kuptimin: "Ju e quani *kerm* hardhinë, për shkak të dobive të saj të shumta, por zemra e besimtarit ose muslimani e meritojnë më shumë këtë emër, sepse besimtari është i tëri i kulluar dhe i dobishëm." Në këtë mënyrë, hadithi e fokuson vëmendjen te cilësitë e zemrës së besimtarit, që janë: mirësia, bujaria, besimi, ndriçimi, udhëzimi, frika ndaj Allahut dhe çdo cilësi tjetër e mirë, që e bën besimtarin ta meritojë emrin *kerm* më tepër sesa hardhia.

Hardhia është e ftohtë dhe e thatë, kurse gjethet e saj janë të ftohta në gradë të parë. Nëse i shtyp gjethet e rrushit, pluhuri i tyre mund të përdoret në kompresa kundra dhembjes së kokës, madje edhe kundra ënjtjeve të ndryshme ose infeksioneve në bark.

Lëngu i kërcejve të hardhisë largon ndjenjën e të përzierit dhe mbledh stomakun. Kurse lëngu i gjetheve të rrushit është ilaç kundra ulcerave në stomak, kundra hemoptisës, të vjellave dhe dhembjeve të barkut në përgjithësi.

Limfa e lastarëve të hardhisë vepron njëlloj si esenca e rrëshirës (e një lloji të saj), pasi ajo i shkrin gurëzat e krijuara në organizëm. Nëse përdoret si pomadë, ajo qetëson zemrën dhe shëron dregëzat e zgjebes. Megjithatë, për rastin e fundit, është më e këshillueshme që plaga të lahet së pari me ujë dhe sodë. Kjo pomadë e përzier me vaj është efikase për të hequr qimet.

Hiri i lastarëve të rrushit, i përzier me uthull, esencë trëndafili dhe me sythat e tij, kuron ënjtjen e shpretkës. Ashtu si esenca e trëndafilit, vaji i luleve të rrushit mbledh barkun, por ka edhe shumë dobi të tjera. Hardhia, në përgjithësi, gëzon po aq cilësi kuruese sa edhe druri i palmës.

6. **Selinoja** (*Kerefs*)
Selinoja është bimë tepër aromatike. Nëse e mban të varur në qafë, ajo qetëson dhembjet e dhëmbit.

Selinoja është e nxehtë dhe e thatë. Ajo hap bllokimet që krijohen në mëlçi dhe shpretkë. Gjethet e njoma të selinosë janë të mira për stomakun dhe mëlçinë e ftohtë. Ato shtojnë urinimin, rrjedhjen e menstruacioneve dhe shkrijnë gurët. Në fakt, farat e saj janë më efikase në këtë drejtim. Selinoja nxit prodhimin e spermës dhe qetëson vështirësitë në frymëmarrje. El Raziu ka thënë: "Kush ka frikë se mund të thumbohet nga ndonjë akrep duhet ta shmangë ngrënien e saj."

7. **Preshi** (*Kurrath*)

Ka dy lloje preshi: *nebetean* dhe sirian. Njerëzit hanë preshin *nebetean*, që është një lloj perimeje, kurse preshi sirian ka shumë koka.

Preshi është i nxehtë dhe i thatë. Ai shkakton dhembje koke, por nëse e zien dhe e ha ose e pi lëngun e tij, ai ndihmon kundra hemorragjive të ftohta. Po të lyesh dhëmbin e prishur me farat e shtypura të tij, të cilat janë përzier me pak katran, ato e pastrojnë dhëmbin dhe qetësojnë dhembjet. Tymi i farave të djegura të preshit ndërpret, gjithashtu, hemorragjinë. Të gjitha këto dobi vijnë nga preshi *nebetean*.

Sidoqoftë, preshi është i dëmshëm për dhëmbët dhe trysat. Ai shkakton dhembje koke, makthe, errëson shikimin dhe sjell vështirësi në frymëmarrje. Preshi shërben si diuretik (shton urinimin), shton rrjedhjen e menstruacioneve dhe prodhimin e spermës, dhe nuk tretet lehtë.

Germa *Lam*

1. **Mishi** (*Lahm*)

Allahu i Madhëruar thotë: "…Ne do t'i furnizojmë ata me fruta e mish, si t'ua ketë ënda." [Tur, 22] Në një ajet tjetër, Ai thotë: "…(do t'u sillet) mish shpendësh, si ta dëshirojnë." [Uakia, 21]

Në *Sahih* vjen hadithi, që Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Lartësia e Aishes në krahasim me gratë e tjera është si lartësia e *therid*-it (gjellë me bukë e mish) përkundër gjithë ushqimeve të tjera."

Zuhriu ka thënë, që ngrënia e mishit i sjell fuqi trupit në shtatë drejtime të ndyshme. Kurse Muhamed ibn Vasi ka thënë që mishi forcon shikimin. Përcillet, gjithashtu, se Aliu (r.a.) ka thënë: "Hani mish, sepse ai çel ngjyrën e lëkurës, stomakun e bën më të qëndrueshëm, ndërsa sjelljen më të mirë." Ibn Omeri, nga ana e tij, hante rregullisht mish kur niste ramazani dhe kur ishte në udhëtim. Së fundmi, vjen edhe kjo thënie tjetër e Aliut: "Kushdo, që me vullnet të lirë, nuk ha mish për dyzet ditë rresht, do të marrë cilësi të këqija të moralit."

Ne do të përmendim më poshtë disa lloje mishi, duke i përshkruar shkurtimisht me vetitë dhe cilësitë e tyre pozitive e negative.

Mishi i deles

Mishi i deles është i ngrohtë në gradë të dytë dhe i lagësht në gradë të parë. Lloji më i mirë është mishi i deles njëvjeçare, i cili, nëse tretet siç duhet, prodhon gjak të pastër. Ky lloj mishi është i përshtatshëm për ata që kanë temperament të nxehtë ose të ftohtë dhe për ata që ushtrohen me sport në vende të ftohta dhe në mot të ftohtë. Ai është i dobishëm edhe për ata që vuajnë nga vreri i zi, ashtu siç është i mirë për të forcuar mendjen dhe kujtesën. Megjithatë, mishi i një deleje të vjetër dhe të dobët nuk është i mirë sa delja motake.

Mishi i dashit që ka një ngjyrë të errët është më i mirë, sepse është më i lehtë, më i shijshëm dhe më i dobishëm. Nëse ka qenë dash i tredhur, është akoma më i mirë. Mishi i kuq i një deleje të majme

është, gjithashtu, i lehtë dhe i ushqyeshëm, ndërsa pjesa e gjoksit është më pak e ushqyeshme dhe më pak e tretshme për stomakun.

Pjesët më të mira janë mishi i brinjëve, sidomos ai i anës së djathtë, që është më i lehtë dhe më i ushqyeshëm se ana e majtë, ashtu si pjesët e përparme janë më të mira se pjesët e prapme.

Pjesa më e pëlqyeshme për Pejgamberin (s.a.u.s.) ishte ajo e përparme, që ndodhet afër kokës, por jo vetë koka. Kjo pjesë është më e lehtë dhe më e shijshme. Njëherë, El Farazdaku dërgoi një person në treg për t'i blerë mish, duke e këshilluar: "Bli pjesët e përparme, por jo kokën ose të brendshmet, sepse këto janë pjesët e sëmundjeve."

Mishi i qafës është, gjithashtu, i shijshëm dhe i lehtë në tretje. Megjithatë, mishi i shpatullave është më i lehti, më i shijshmi, më i shëndetshmi dhe më i tretshmi nga të gjitha pjesët e tjera. Në dy *Sahih*-ët shënohet se i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) parapëlqente pikërisht mishin e shpatullës së deles. Sidoqoftë, edhe mishi i pjesës së prapme të saj është i ushqyeshëm dhe prodhon gjak të pastër.

Mishi i dhisë

Mishi i dhisë është i ftohtë dhe i thatë. Përzierjet që krijon ky mish janë të dëmshme. Ai nuk tretet lehtë dhe nuk ka ndonjë vlerë të vërtetë ushqimore. Edhe mishi i cjapit nuk është i dobishëm, sepse ai është tepër i thatë, i rëndë për stomakun dhe prodhon vrer të zi.

El Xhahithi tregon: - Një doktor i zoti më ka thënë njëherë: "O Ebu Othman! Shmange mishin e dhisë, sepse ai shkakton depresion, vrer të zi, harresë dhe prish gjakun. Për Zotin, ai i sëmur nga mendtë fëmijët!"

Disa doktorë thonë se ai që nuk pëlqehet është mishi i dhisë së vjetër, sidomos për të moshuarit. Megjithatë, thonë ata, mishi i dhisë nuk është i keq për asnjë që është mësuar me të.

Kur doktorët thonë që ky lloj mishi nuk është i dobishëm, ata u referohen në mënyrë të veçantë njerëzve që kanë stomak të dobët dhe atyre që nuk e kanë në traditë e që nuk janë mësuar me ngrënien e tij, si, për shembull, ata që jetojnë në qytete të zhvilluara dhe ata që janë mësuar me ushqimet më të mira. Por këta, gjithsesi, nuk përbëjnë shumicën.

Mishi i kecit, por jo shumë i vogël, është më i butë, sidomos kur keci pi ende gji nga e ëma. Ky lloj mishi tretet më shpejt, sepse ai akoma gëzon fortësinë e qumështit të gjirit. Mishi i kecit është më i pranueshëm për shumicën e njerëzve dhe më i lehtë se mishi i devesë. Ai prodhon gjak me veti mesatare.

Mishi i lopës

Mishi i lopës është i ftohtë, i thatë dhe i rëndë për stomakun. Ai prodhon gjak të zi dhe vrerik, që është i përshtatshëm vetëm për ata që punojnë shumë. Tek ata që nuk janë mësuar me të, ai shkakton pulla në lëkurë, zgjebe, urdhje, lebër, elefantiazë (fryrje të këmbëve), kancer, obsesion, ethe kuartrane dhe tumore të ndryshme. E keqja e këtij mishi mund të shmanget nëse ai hahet i shoqëruar me erëza, hudhra, xhenxhefil dhe kanellë. Mishi i kaut është më i ftohtë se mishi i lopës, i cili është më pak i thatë.

Mishi i viçave të majmë është një nga llojet më të mirë, më të butë dhe më të shijshëm të ushqimit. Ai është i ngrohtë dhe i lagësht dhe, nëse tretet plotësisht, është tepër i dobishëm.

Mishi i kalit

Në *Sahih* shënohet se Esmaja ka thënë: "Në kohën e Pejgamberit (s.a.u.s.), ne therëm një kalë dhe e hëngrëm." Kurse vetë Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Lejohet ngrënia e mishit të kalit, por nuk lejohet mishi i gomarit (të butë)."[1]

---

[1] Buhariu dhe Muslimi.

Fakti që Allahu i përmend (në Kuran, në suren *Nahl*) kuajt bashkë me mushkat dhe gomarët, nuk do të thotë që rregulli për mishin e tyre është i njëjtë. Ndonjëherë, Allahu përmend bashkë disa gjëra të ngjashme me njëra-tjetrën, ashtu siç përmend bashkë edhe gjëra që janë të ndryshme nga njëra-tjetra. Vërtet, Allahu i Madhëruar thotë: "…(Ai i ka krijuar) edhe kuajt, mushkat, gomarët, që ju t'i shaloni dhe t'i mbani për bukuri", por kjo nuk nënkupton që mishi i kalit nuk lejohet të hahet, ashtu si nuk nënkupton që ndalohet t'i shfrytëzosh kuajt për gjëra të tjera veç kalërimit. Përkundrazi, ajeti tregon thjesht se dobia më e madhe dhe më e mirë e kuajve është përdorimi i tyre si kafshë bartëse. Nga ana tjetër, dy hadithet që përmendëm ne tregojnë katërçipërisht se mishi i kalit është i lejuar të hahet.

Mishi i kalit është i nxehtë, i thatë, i fortë dhe i zi. Ai është i dëmshëm për ata që kanë stomak ose organizëm të butë.

Mishi i devesë

Dallimi mes shiitëve dhe sunitëve, apo mes çifutëve e muslimanëve është se muslimanët e hanë mishin e devesë. Shiitët dhe çifutët as e hanë e as nuk e çmojnë këtë lloj mishi. Sidoqoftë, në Islam është e përcaktuar qartë se muslimanët e kanë të lejuar ngrënien e mishit të devesë, pasi vetë i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) dhe sahabët e tij kanë ngrënë nga ky mish, kur kanë qenë duke udhëtuar ose jo.

Mishi i pjellës së devesë është një nga ushqimet më të shijshme dhe më të pasura, dhe për ata që janë mësuar me të, ai është po aq i lehtë dhe i dobishëm, sa edhe mishi i deles. Disa doktorë nuk e shohin të këshillueshme ngrënien e mishit të devesë për banorët e qyteteve, sepse ata nuk janë mësuar me të.

Mishi i devesë është i nxehtë, i thatë, i vështirë për t'u tretur dhe prodhon vrer të zi.

***

Mishi i devesë ka ndikim të fortë në trup, dhe kjo shpjegon arsyen përse Pejgamberi (s.a.u.s.) i urdhëroi muslimanët të merrnin abdes pas ngrënies së tij. Në lidhje me këtë, duhet të sqarojmë se është i gabuar ai qëndrim që i jep tjetër kuptim fjalës 'abdes' në dy hadithet e sakta që flasin për këtë çështje, duke thënë se 'abdesi' aty nënkupton larjen e duarve.

Kështu, Pejgamberi (s.a.u.s.) bëri dallim mes ngrënies së mishit të devesë dhe mishit të deles, pasi për këtë të fundit ai e la në dëshirën e muslimanëve marrjen e abdesit. Ndërkohë, ai (s.a.u.s.) urdhëroi (domethënë, e bëri të detyrueshme) që, pas ngrënies së mishit të devesë, të merret abdesi.

Gjithashtu, nëse fjala 'abdes' në këto hadithe do të kishte kuptimin "larje e duarve", atëherë kjo mënyrë shpjegimi do të ishte e vërtetë edhe për hadithin që thotë: "Cilido që prek organin e tij seksual është i detyruar të marrë abdes."

Nga ana tjetër, mishin e devesë mund ta hash edhe pa e prekur me dorë, kështu që nëse 'abdesi' do të nënkuptonte thjesht larjen e duarve, ky veprim do të ishte i pakuptimtë, ndërkohë që do të tjetërsonte domethënien e vërtetë që kanë dashur të përcjellin hadithet.

Në lidhje me këtë, të pretendosh se hadithi që thotë se: "Rregulli i fundit që zgjodhi Pejgamberi (s.a.u.s.) ishte moskryerja më e abdesit pas ngrënies së atij ushqimi që gatuhet në zjarr" përfshin mishin e devesë, nuk është e saktë, për arsyet që do t'i rendisim më poshtë.
Së pari, ky hadith bart një kuptim të përgjithshëm, ndërsa hadithi për devenë është i posaçëm.
Së dyti, dy hadithet nuk flasin për të njëjtën çështje. Kësisoj, njeriu duhet të marrë abdes nëse ha mish deveje, qoftë ky pastërma, i gatuar ose i pa gatuar në zjarr. Përdorimi i zjarrit nuk ka lidhje me rregullin e mishit të devesë. Për sa i përket mosmarrjes së abdesit pas ngrënies së ushqimit që gatuhet në zjarr, ai thjesht tregon se përdorimi i zjarrit në gatim nuk kërkon abdes nga pas.

Domethënë, ka dallim të madh mes dy haditheve, pasi njëri i urdhëron muslimanët të marrin abdes pas ngrënies së mishit të devesë, kurse tjetri tregon se nuk ka pse të merret abdes pas ngrënies së ushqimit të gatuar në zjarr.

Së treti, hadithi që thotë se "Pejgamberi (s.a.u.s.) hoqi dorë nga abdesi pas ngrënies së ushqimit të gatuar në zjarr", vjen pasi, më përpara, ai (s.a.u.s.) merrte abdes për shkak të ngrënies së atij ushqimi. Sipas hadithit, njëherë, kur Pejgamberit (s.a.u.s.) i sollën mish, ai e hëngri atë, pastaj mori abdes para se të falte namaz. Më vonë, atij i sollën sërish mish, të cilin ai e hëngri, por, më pas, nuk mori më abdes para se të falte namaz. Kështu që, nga hadithi del se norma vendimtare për këtë çështje është që: nuk ka ndonjë detyrim për të marrë abdes pas ngrënies së mishit të gatuar në zjarr. Pra, ka patur dy rregulla për çështjen në fjalë, nga të cilat e dyta ka anuluar të parën. Disa përcjellës të hadithit kanë përmendur vetëm episodin e dytë, për ta shkurtuar rrëfimin. Atëherë, si mund të sillet ky hadith si provë e anulimit të marrjes së abdesit pas ngrënies së mishit të devesë (kur hadithi i mëhershëm, që është anuluar, flet për një çështje tjetër)? Edhe pse hadithet e përgjithshme e lejojnë mosmarrjen e abdesit pas ngrënies së mishit që gatuhet në zjarr, ato nuk e përfshijnë hadithin që përmban një rregull të posaçëm (për mishin e devesë).

Mishi i hardhucës dabb

E thamë edhe më lart që mishi i kësaj hardhuce është i lejuar për t'u ngrënë. Ai është i nxehtë, i thatë dhe nxit epshin seksual.

Mishi i sorkadhes

Sorkadhja ka mishin më të mirë ndër të gjitha kafshët e egra. Mishi i saj është i nxehtë dhe i thatë. Ai, e në mënyrë të veçantë mishi i pjellës së saj, është i dobishëm për trupat e shëndetshëm.

Mishi i antilopës

Mishi i antilopës është i nxehtë dhe i thatë në gradë të parë. Ai dehidraton trupin, kështu që është i dobishëm për trupat që kanë shumë lëngje. Autori i *Kanun*-it (Avicena) ka thënë: "Mish më të

mirë nga kafshët e egra ka antilopa, ndonëse priret të shkaktojë vrer të zi."

Mishi i lepurit

Mishi i lepurit përmendet në dy *Sahih*-ët, kur Enesi tregon: "Ne vramë një lepur, pasi e kishim ndjekur për njëfarë kohe. Pas kësaj, Ebu Talhai i çoi të Dërguarit të Allahut pjesën e sipërme të kofshës së lepurit, dhe ai (s.a.u.s.) e pranoi."

Mishi i lepurit është pak i nxehtë dhe i thatë, kurse pjesa e sipërme e kofshës është dhe pjesa më e mirë e tij. Ai është shumë më i mirë kur hahet i pjekur.

Mishi i lepurit është kapsues, shton urinimin dhe shkrin gurët, ndërsa mishi i kokës së tij ndihmon kundra dridhjeve të forta të trupit.

Mishi i zebrës

Në dy *Sahih*-ët gjendet rrëfimi i Ebu Katades, që thotë, se kur sahabët ishin njëherë bashkë me të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.) në udhëtim, për të kryer umren, ai (Ebu Katadeja) vrau një zebër dhe Pejgamberi (s.a.u.s.) u tha atyre (sahabëve) ta hanin mishin e saj. Përveç Ebu Katades, të gjithë të tjerët ishin në atë çast në gjendjen e *ihram*-it.

Ibn Maxhe, nga ana e tij, shënon se Xhabiri ka thënë: "Gjatë betejës së Hajberit, ne hëngrëm mish kali dhe mish zebre."

Mishi i zebrës është i nxehtë dhe i thatë. Ai është i ushqyeshëm dhe prodhon gjak të trashë e vrerik. Yndyra e tij është e dobishme kur përzihet me vaj *kust*-i, për të trajtuar dhembjet e dhëmbëve ose gazrat që dobësojnë veshkat. Ajo mund të përdoret edhe si ilaç kundra puçrrave, nëse i lyen me të.

Në përgjithësi, mishi i çdo lloj kafsheje të egër krijon gjak të trashë e vrerik. Ndër ta, mishi më i mirë është ai i sorkadhes, pastaj vjen mishi i lepurit.

Mishi i fetusit të kafshëve

Mishi i fetusit të kafshëve nuk është i pëlqyeshëm të hahet, sepse gjaku i tyre mbetet ende në trup (pas vdekjes ose therjes së nënës). Sidoqoftë, ai është i lejueshëm, sepse Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Therja e fetusit përfshihet tek therja e nënës së tij."

Dijetarët e Irakut nuk e lejojnë ngrënien e mishit të fetusit, nëse ai nuk theret para se të vdesë. Ata i japin kuptim tjetër hadithit, duke thënë se fetusi duhet të theret njëlloj siç theret edhe nëna e tij, pasi kështu thotë edhe hadithi, sipas tyre. Por ky mëtim, sidoqoftë, është i pasaktë.

Hadithi, në kontekstin e tij të plotë, është kështu: Pejgamberi (s.a.u.s.) u pyet: "O i Dërguari i Allahut! Ne, ndonjëherë, kur therim delet, gjejmë fetus në barkun e tyre. A mund ta hamë atë?" Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Hajeni po të doni, sepse therja e tij është përfshirë në therjen e nënës së tij."

Po ashtu, edhe nëse bëhet një vëzhgim më i thellë i çështjes, do të duket qartë se ngrënia e mishit të fetusit është i lejuar. Fetusi është ende pjesë e nënës, dhe përderisa therja e nënës na lejon ne të hamë të gjitha pjesët e saj, atëherë këtu do të përfshihet edhe fetusi. Këtë, pra, ka dashur të thotë Pejgamberi (s.a.u.s.) në hadithin: "Therja e fetusit përfshihet në therjen e nënës së tij." Edhe sikur Suneti të mos e kish përcaktuar shkoqur lejimin e mishit të fetusit, vetë mendja e shëndoshë do të na çonte në këtë përfundim.

Mishi pastërma

Në *Sunen* shënohet ky rrëfim i Theubanit: - Teksa ishim duke udhëtuar, unë thera një dele për të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.), kurse ai më tha: "Thaje mishin e saj." - Unë i dhashë Pejgamberit (s.a.u.s.) të hante nga ky mish disa herë, derisa arritëm në Medinë.

Pastërmaja është më e mirë se mishi jo i freskët (i patharë). Ajo forcon trupin, ndonëse shkakton puçrra në lëkurë nganjëherë,

efekt ky që mund të shmanget duke ngrënë erëza të ftohta dhe të lëngshme. Mishi i tharë është i përshtashëm për gjendjet (ose temperamentet) e nxehta.

Mishi jo i freskët është i nxehtë dhe i thatë, i përshtatshëm, gjithashtu, për gjendjet e nxehta. Lloji më i mirë i tij është ai me dhjamë e i lëngshëm. Së fundmi, mishi jo i freskët është kapsues, përveç rastit kur gatuhet me qumësht dhe yndyrë.

Mishi i shpendëve

Allahu i Madhëruar thotë: "…(do t'u sillen) dhe mish shpendësh që ua ka ënda." [Uakia, 21]

Mishi i disa lloj shpendëve është i lejuar, kurse i disa të tjerëve është i ndaluar. Të ndaluar janë shpendët që kanë kthetra (grabitqarët), si për shembull: skifterët, gjeraqinat apo petritët, dhe ata që hanë ngordhësira, si: shkabat, hutat, lejlekët, laraskat dhe sorrat. Në këtë kategori hyjnë disa shpendë që ne e kemi të ndaluar t'i vrasim, dhe disa që e kemi të lejuar t'i vrasim, si qiftet dhe sorrat.

Ka shumë lloje të tjera shpendësh, mishi i të cilëve lejohet të hahet, siç është, për shembull, mishi i pulastrenit (zogut të pulës). Në dy *Sahih*-ët shënohet se Ebu Musai ka treguar që Pejgamberi (s.a.u.s.) e ka ngrënë mishin e pulastrenit.

Mishi i pulastrenit

Mishi i pulastrenit është i nxehtë dhe i thatë në gradë të parë. Ai nuk është i rëndë për stomakun dhe tretet lehtë. Mishi i zogut të pulës forcon mendjen, shton prodhimin e spermës, zbut zërin dhe prodhon gjak të pastër. Thuhet se po të hash shpesh nga ky mish, ai të shkakton përdhes (cermë), por kjo nuk është e vërtetuar.
Mishi i gjelit, nga ana tjetër, është më i nxehtë dhe më pak i lagësht. Mishi i gjelave të vjetër në moshë ndihmon kundra kapsllëkut, astmës dhe gazrave të ngjeshur, nëse gatuhet me

kartam,[1] kanellë dhe me fara kopre. Ndërsa mishi i gjelit të tredhur është i ushqyeshëm dhe lehtësisht i tretshëm.

Mishi i zoçkave është i lehtë në tretje dhe i pranueshëm për stomakun. Ai prodhon gjak të shëndetshëm.

Mishi i shaptores

Mishi i shaptores[2] është i nxehtë dhe i thatë në shkallë të dytë, i butë dhe lehtësisht i tretshëm. Ai prodhon gjak me cilësi të pranueshme dhe është forcues i shikimit.

Mishi i thëllëzës

Ky lloj mishi prodhon gjak të mirë dhe është i lehtë në tretje.

Mishi i patës

Mishi i patës është i nxehtë dhe i thatë. Ai nuk është i shëndetshëm nëse hahet rregullisht. Megjithatë, ai nuk jep jashtëqitje të tepërt.

Mishi i rosës

Mishi i rosës është i nxehtë dhe i lagësht. Ai nuk është i mirë për stomakun, tretet me vështirësi dhe prodhon jashtëqitje të tepërt.

Mishi i pulegrës

Mishi i pulegrës (ose i pulës së egër) është i nxehtë dhe i thatë. Ai nuk tretet lehtë nga stomaku, por është i mirë për ata që punojnë shumë ose që merren me veprimtari të rënda fizike.

Mishi i lejlekut

---

[1] *Bima kartam* - emri shkencor: *carthamus tinctorius* i familjes *asteraceae* (shën. i përkth.).

[2] Shaptoreja, ose shapka, është një shpend i murrmë lara-lara, me sqep të gjatë, të hollë e të drejtë, që rron nëpër shkorrete e pyje me lagështirë dhe ka mish të shijshëm (shën. i përkth.).

Ky lloj mishi është i thatë dhe i lehtë. Ai prodhon gjak vrerik, por është i mirë për ata që punojnë shumë. Mishi i lejlekut është i këshillueshëm të hahet një ose dy ditë pas therjes.

Mishi i harabelit dhe i laureshës

Nesaiu shënon në *Sunen*-in e tij rrëfimin e Abdullah ibn Omerit, se Pejgamberi (s.a.u.s.) tha njëherë: "Askush që vret një harabel apo një kafshë më të madhe pa arsye, nuk do të mbetet pa u pyetur për të Ditën e Gjykimit." Dikush tha: "O i Dërguari i Allahut! Kur quhet e justifikuar?" Ai u përgjigj: "Thereni dhe hajeni, e jo thjesht t'ia këpusni kokën dhe ta hidhni tej (për sport, për shembull)."

Përsëri Nesaiu shënon se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Për këdo që vret një zog thjesht për zbavitje, zogu do t'i ankohet Allahut: 'O Zoti im! Ky person më vrau kot mua, sa për zbavitje, pa patur ndonjë qëllim tjetër'!"

Mishi i zogut është i nxehtë dhe i thatë. Ai është kapsues dhe shton prodhimin e spermës. Lëngu i mishit të zogut është, gjithashtu, kapsues dhe u bën mirë nyjeve kockore. Trutë e zogut, kur hahen me xhenxhefil dhe qepë, nxisin dëshirën seksuale. Përzierjet që krijon mishi i zogut me substancat e tjera nuk janë shumë të favorshme.

Mishi i pëllumbit

Pëllumbat kanë mish të nxehtë dhe të lagësht, kurse mishi i pëllumbave të egër është më pak i lagësht. Mishi i zogjve të pëllumbave është, gjithashtu, më i lagësht, sidomos i pëllumbave të zbutur. Zogjtë e tyre kanë më pak mish, por janë më të ushqyeshëm.

Mishi i pëllumbit (mashkull) është kurues i mirë për mpirjen, narkozën, apopleksinë (damllanë) dhe dridhjet e pavullnetshme të trupit. Ndërsa mishi i zogjve të pëllumbave nxit epshin seksual, është i këshillueshëm për veshkat dhe rrit prodhimin e gjakut.

Mishi i thëllëzës së rërës

Ky lloj mishi është i thatë. Ai shkakton vrer të zi dhe kapsllëk. Nuk është ushqim i mirë, por, gjithsesi, ndihmon në kurimin e edemave.

Mishi i shkurtës

Mishi i shkurtës është i nxehtë dhe i thatë. Ai u bën mirë nyjeve kockore, por dëmton veshkat e nxehta, nëse nuk shoqërohet me uthull dhe lule koriandre. Megjithatë, është e këshillueshme që të mos hahet mishi i shkurtave që jetojnë në zona të ndotura.

Mishi i shpendëve, në përgjithësi, është më lehtë i tretshëm se mishi i viçit. Pjesët e zogjve që janë më të lehta për t'u tretur janë qafa dhe krahët e tyre. Po ashtu, trutë e shpendit janë ushqim më i mirë sesa trutë e viçit.

Mishi i karkalecave

Në dy *Sahih*-ët shënohet ky rrëfim i Abdullah ibn Ebu Aufas: "Ne kemi shkuar në shtatë beteja me të Dërguarin e Allahut, gjatë të cilave kemi ngrënë karkaleca." Ndërsa në *Musned* është hadithi i Pejgamberit (s.a.u.s.), që thotë: "Neve na janë lejuar dy lloje kafshësh të ngordhura dhe dy lloje gjakrash: peshqit me karkalecat (nga kafshët), dhe mëlçia me shpretkën (nga gjakrat)." Kjo thënie përcillet nga Ibn Omeri.

Mishi i karkalecave është i nxehtë, i thatë dhe jo shumë i ushqyeshëm. Nëse i ha rregullisht, ata shkaktojnë dobësim të trupit. Tymi i karkalecave të djegur ndihmon në rastet e urinimit të dhimbshëm, sidomos te gratë, dhe është kurë për hemorroidet. Nëse u hiqen krahët, piqen dhe hahen, mund të shërbejnë si ilaç kundra thumbimit të akrepave. Sidoqoftë, mishi i tyre nuk është i këshillueshëm për ata që vuajnë nga epilepsia. Ai krijon përzierje të dëmshme në stomak.

Ka mendime të ndryshme për lejimin apo jo të ngrënies së karkalecave të ngordhur. Në fakt, shumica e dijetarëve, përveç imam Malikut, e kanë quajtur të lejuar. Nuk bën ndonjë dallim

nëse karkalecat kanë ngordhur ose jo prej ndonjë shkaku të jashtëm, si, për shembull, nga djegia ose shtypja.

Nuk është mirë për shëndetin që të hash rregullisht mish, sepse ai shkakton sëmundje të gjakut dhe lloje të ndryshme alergjie. Për këtë, Hipokrati ka thënë: "Mos e bëni stomakun tuaj varr për kafshët!"

2. **Qumështi** (*Leben*)

Allahu i Madhëruar thotë në Kuran: "Në fakt, edhe te bagëtitë ju keni shenja për të mësuar prej tyre. Ne ju japim atë që kanë në barkun e tyre prej ushqimit të përpunuar dhe gjakut: qumësht të pastër dhe të shijshëm për ata që e pinë." [Nahl, 66]

Në një ajet tjetër, ku bëhet një përshkrim i Xhenetit, Ai thotë: "…një vend, ku ka lumenj me ujë të pandotur, lumenj qumështi me shije të pandryshueshme…" [Muhamed, 15]

Ndërsa në *Sunen* është ky hadith: "Cilido që Allahu i jep ndonjë lloj ushqimi, le të lutet: 'O Allah, bekoje këtë për ne dhe na jep çfarë të jetë më e mirë për ne!' E cilido që Allahu i fal pak qumësht, le të thotë: 'O Allah, bekoje këtë për ne dhe na fal më shumë si ky!', pasi unë nuk di ndonjë ushqim e pije njëkohësisht, më të kompletuar (në vlera) se qumështi."

Ndonëse qumështi është një ushqim tepër i thjeshtë, ai është tepër i natyrshëm për trupin, pasi ai përmban tre substanca bazë: djathin, gjalpin dhe ujin.

Djathi është i ftohtë e i lagësht, me shumë vlera ushqyese. Yndyra e qumështit është me nxehtësi dhe lagështi mesatare, e tepër e ushqyeshme për trupat e shëndetshëm. Ndërsa uji që përmban ai është i nxehtë dhe i lagësht. Ai zbut stomakun dhe e pasuron trupin me lëngjet e nevojshme.

Qumështi, në përgjithësi, ka nxehtësi dhe lagështi mesatare, pavarësisht se për këtë çështje janë shprehur edhe mendime të tjera. Vlerat e veta maksimale ai i ka kur është i sapomjelë; me kalimin e kohës, ato vijnë gjithnjë e në rënie. Qumështi i freskët është më pak i ftohtë dhe më tepër i lagësht, ndërsa me qumështin e thartuar ndodh e kundërta.

Qumështi është më cilësor kur milet dyzet ditë pasi kafsha ka pjellë të voglin e saj. Lloji më i mirë i tij është ai që ka ngjyrën më të bardhë të mundshme, pasi ai ka edhe aromë të këndshme, është më i shijshëm, disi i ëmbël, më pak i yndyrshëm dhe më i lehtë në përmbajtje. Tjetër kusht që e bën qumështin më të mirë është mosha e re e kafshës nga e cila milet, sidomos kur ajo ka trup mesatar dhe ushqehet në kullota të shëndetshme.

Qumështi, në përgjithësi, është i mirë. Ai prodhon gjak të kuq, i shton lagështinë trupit dhe është ushqim i pasur. Qumështi është qetësues i depresionit, i obsesioneve dhe i sëmundjeve që shkaktohen nga vreri i zi. Nëse pihet me mjaltë, ai pastron trupin nga lëndët e dëmshme, e nëse pihet me sheqer, çel ngjyrën e lëkurës. Qumështi përtërin energjitë e humbura pas marrëdhënieve seksuale, i bën mirë gjoksit, mushkërive dhe atyre që vuajnë nga turbekulozi.

Sidoqoftë, qumështi nuk është i mirë për kokën, stomakun, mëlçinë dhe shpretkën. Pirja me tepri e tij dëmton dhëmbët dhe trysat, prandaj është e këshillueshme që, pas pirjes së tij, të shpëlahet goja. Në dy *Sahih*-ët tregohet se, njëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) piu pak qumësht dhe, pas kësaj, kërkoi ujë që të shpëlante gojën, duke thënë: “Ai përmban yndyrë.”

Qumështi nuk i ndihmon ata që vuajnë nga ethet, nga dhembjet e kokës ose sëmundjet në tru. Teprimi me pirjen e tij shkakton errësim ose dëmtim të shikimit, cermë, bllokime në veshka dhe fryrje të barkut. Këto efekte anësore negative, sidomos për ata që nuk janë mësuar me të, mund të asnjanësohen duke e përzier qumështin me mjaltë, xhenxhefil etj.

Qumështi i deles
Ky është qumështi më i lëngshëm. Ai përmban më tepër yndyrë dhe është më kundërmues se qumështi i dhisë apo i lopës. Qumështi i deles prodhon këlbazë dhe shkakton njolla të bardha në lëkurë, nëse pihet rregullisht. Kjo është arsyeja që ai duhet të hollohet gjithnjë me ujë, në mënyrë që të zbuten efektet e tij. Qumështi i deles e shuan etjen dhe e freskon trupin më shpejt se llojet e tjera të tij.

Qumështi i dhisë
Qumështi i dhisë është i lehtë, vepron si laksativ i butë dhe është i lagësht për trupat e thatë. Ai ndihmon në kurimin e zjarrthit të gojës, kollës së thatë dhe gjakrrjedhjes nga hundët.

Qumështi, në përgjithësi, është lëngu më i dobishëm për trupin, për shkak të vlerave të tij ushqimore dhe afërsisë që ka me natyrën dhe origjinën e njeriut. Në dy *Sahih*-ët thuhet: "Natën e Israsë (kur Pejgamberi (s.a.u.s.) udhëtoi nga Meka e deri në Jeruzalem, dhe më pas në qiell), të Dërguarit të Allahut (s.a.u.s.) iu dhanë dy kupa: njëra me qumësht dhe tjetra me verë. Pejgamberi (s.a.u.s.) i pa, dhe pastaj zgjodhi kupën me qumësht. Xhibrili (engjëlli) tha: "Zgjodhe atë që është i natyrshëm (që simbolizonte Islamin). Nëse do të merrje kupën me verë, pasuesit e tu do të humbnin udhëzimin."

Qumështi i thartuar i dhisë nuk tretet shpejt dhe krijon në organizëm përzierje jo të shëndetshme me substanca të tjera. Megjithatë, stomaku i nxehtë (nga natyra) përfiton prej qumështit të dhisë dhe e tret lehtësisht atë.

Qumështi i lopës
Qumështi i lopës është i ushqyeshëm për trupin dhe vepron si laksativ i lehtë. Ai është ndër llojet më të mira të qumështit, midis atij të deles dhe të dhisë, për sa i përket trashësisë dhe yndyrës.

Abdullah ibn Mesudi tregon se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë njëherë: "Pini qumësht lope, sepse ajo ushqehet me të gjitha llojet e pemëve."

Qumështi i devesë

Për këtë lloj qumështi kemi folur në krye të kapitullit, prandaj nuk kemi pse ta përsërisim.

3. Temjani (*Lubon/Kundur*)

Përcillet se njëherë, një burrë iu ankua Aliut (r.a.), duke i thënë se harronte shumë. Aliu e këshilloi: "Përdor temjan, sepse ai të forcon zemrën dhe largon harresën."

Përcillet, gjithashtu, se Ibn Abasi ka thënë: "Pirja e (lëngut të) temjanit me sheqer, duke qenë esëll, përmirëson procesin e urinimit dhe ndihmon kundra harresës."

Edhe nga Enesi përcillet se i ka thënë një burri që iu ankua se vuante nga harresa e tepërt: "Përdor temjan. Fute në ujë dhe mbaje aty për një natë dhe, në mëngjes, esëll, pi nga një gllënjkë prej tij, sepse ndihmon kundra harresës."

Ka një arsye të dukshme për këtë efekt pozitiv të tij. Harresa është pasojë e gjendjeve të ftohta, të lagështa dhe të liga që prekin trurin, të cilat ndikojnë që ai të mos i kujtojë me lehtësi gjërat. Në këto raste, temjani është i dobishëm. Por, nëse harresa vjen si pasojë e shkaqeve të tjera fizike, atëherë për këtë ndihmon konsumi i pijeve freskuese. Ndryshimi mes dy rasteve është se substancat e thata e ndihmojnë njeriun të qëndrojë zgjuar gjatë gjithë natës dhe të kujtojë ngjarjet e së shkuarës së largët, në vend të së shkuarës së afërt. Ndërsa pirja e lëngjeve, nga ana tjetër, jep efekt të kundërt.

Ndonjëherë, harresa shkaktohet prej *hixhame*-s që bëhet prapa kokës ose prej ngrënies së tepërt të koriandrave të lëngshme dhe mollëve të tharta. Edhe depresioni, pikëllimi, qëndrimi në ujë të ndenjur për një kohë të gjatë dhe urinimi në të mund të jenë faktorë të harresës. Po ashtu, shikimi i njerëzve të kryqëzuar (të

dënuar), leximi i epitafeve të varreve, ngrënia pa dashje e kakërdhive të miut, të gjitha këto shkaktojnë harresë.

Temjani është i nxehtë në shkallë të dytë dhe i thatë në shkallë të parë. Ai vepron si kapsues i lehtë. Temjani është tepër i dobishëm, me efekte anësore të papërfillshme. Ai ndalon hemorragjinë e jashtme, dhembjet e barkut, diarrenë, lehtëson tretjen e ushqimit, liron nga gazrat, kuron pezmatimet e syrit, ndihmon trupin të krijojë mish në shumë lloje të ulcerave dhe forcon stomakun e dobët. Temjani përthan këlbazën dhe lëngjet që mblidhen në gjoks, kuron dëmtimet në sy dhe ndalon përhapjen e lungave të qelbëzuara në trup.

Nëse përtyp vetëm temjan ose e përzien me trumzë persiane, ai shkakton këlbaza, liron dhe çlodh muskujt e gjuhës dhe e bën mendjen më të mprehtë. Tymi i temjanit, nga ana tjetër, shërben për kurimin e disa sëmundjeve dhe ajrin e bën të ndihet më i freskët.

Germa *Mim*

1. Uji (*Maa*)

Uji është burimi i jetës, pija më e mirë që ekziston dhe një nga bazat e ekzistencës, madje ai është baza më e rëndësishme e jetës, pasi Allahu e ka krijuar çdo qenie të gjallë prej ujit.

Ka mendime të ndryshme në lidhje me çështjen: a është uji baza e ushqimit të trupit, apo ai thjesht ndihmon në shpëlarjen dhe tretjen e ushqimit?

Uji është një substancë e lagësht dhe e ftohtë, që largon nxehtësinë, ruan lëngjet e trupit, zëvendëson lëngjet që humbasin, zbut ushqimin dhe ndihmon në bartjen e tij nëpërmjet enëve të gjakut.
Janë dhjetë kritere dhe tregues të cilësisë së lartë të ujit të pijshëm: Së pari, uji duhet të jetë pa ngjyrë. Së dyti, nuk duhet të ketë asnjë lloj ere. Së treti, duhet të jetë i ëmbël dhe i freskët ashtu si uji i Nilit

dhe i Eufratit. Së katërti, duhet të jetë i lehtë. Së pesti, vendburimi duhet të jetë i pastër dhe jo i ndenjur. Së gjashti, uji është më i pastër kur burimi i tij është më i thellë. Së shtati, ujin duhet ta rrahë era dhe dielli, dhe jo të jetë i fshehur nën tokë. Së teti, burimi nuk duhet të jetë i ndenjur, por i rrjedhshëm. Së nënti, uji duhet të rrjedhë me bollëk, në sasi të mëdha, sepse kështu i largohen papastërtitë që mund të bartë. Së dhjeti, rrjedha e burimit duhet të jetë me drejtim veri-jug ose perëndim-lindje.

Nëse i kërkon të gjitha këto cilësi bashkë, do t'i gjesh pikërisht te ujërat e katër lumenjve: Nili, Eufrati, Sajhuni[1] dhe Xhajhuni.[2] Në dy *Sahih*-ët është rrëfimi i Ebu Hurejrës, që përcjell se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Sajhuni, Xhajhuni, Nili dhe Eufrati janë ndër lumenjtë e Xhenetit."

Ndërsa lehtësia e ujit përcaktohet me tri mënyra:
Së pari, uji duhet ta përçojë shpejt të ftohtin dhe nxehtësinë. Hipokrati ka thënë: "Uji që ftohet ose nxehet shpejt është uji më i lehtë."
Së dyti, duke e peshuar atë.
Së treti, duke marrë dy copa pambuku me masa të barabarta dhe duke e lagur secilën prej tyre me ujë prej burimi të ndryshëm nga ai i ujit të copës tjetër. Më pas, të dyja copat thahen dhe vihen në peshore. Ajo që është më e lehtë tregon që ka patur pikërisht ujin më të lehtë.

Mjedisi ku gjendet dhe rrjedh uji ka një ndikim të thellë tek ai. Për shembull, burimet që ndodhen në veri janë në përgjithësi më të ftohtë dhe me ujë disi më të trashë, për shkak të erërave veriore. Edhe uji që kalon nëpër shkëmbinjtë e pasur me minerale ndikohet prej tyre.

---

[1] Lumi *Sajhun*, që sot quhet *Sir Darja,* kalon nëpër Azinë Qendrore dhe derdhet në detin Aral. Ai është rreth 2704 km i gjatë (shën. i përkth.).

[2] *Xhajhun* është lumi që sot quhet *Amu Darja*. Ai është lumi më i gjatë që kalon në Azinë Qendrore, rreth 2495 km, dhe ashtu si *Sajhuni* (*Sir Darja*), ai derdhet në detin Aral (shën. i përkth.).

Uji i pastër e i freskët është i dobishëm si për të sëmurët, edhe për të shëndetshmit. Akoma më i mirë e më i shijshëm ai është në gjendje të ftohtë. Megjithatë, uji nuk këshillohet të pihet menjëherë pas zgjimit, pas marrëdhënieve seksuale, pasi ke bërë banjë të trupit ose pasi ke ngrënë fruta. Nuk ka problem nëse pi ujë gjatë ngrënies, por nuk duhet të teprohet. Më e mira është që të pihen vetëm disa gllënjka, pasi kështu nuk e dëmton stomakun, por e forcon atë, shuan etjen dhe nxit dëshirën seksuale.

Uji i ngrohtë, nga ana tjetër, shkakton fryrje të barkut dhe efekte të kundërta me ato që përmendëm për ujin e ftohtë. Uji i ngrohtë i ndenjur është më i mirë se uji i ngrohtë i freskët.

Uji i ftohtë është më i mirë se i ngrohti për organizmin, pasi ai pastron gjakun dhe kokën. Uji i ftohtë largon substancat e prishura dhe është i shëndetshëm për dhëmbët. Ai është i volitshëm për trupin në mot të nxehtë.

Megjithatë, uji i ftohtë nuk është i këshillueshëm për ata që vuajnë nga të ftohtit ose nga ënjtjet e ndryshme, pasi këto raste kanë nevojë për ngrohtësi, që të shërohen. Uji tepër i ftohtë dëmton dhëmbët, e nëse e pi rregullisht kështu, ai mund të shkaktojë bronkit e dhembje gjoksi.

Kur është shumë i ngrohtë ose shumë i ftohtë, uji dëmton nervat dhe mjaft organe të trupit. Njëri prej tyre është dekompozues (uji i ngrohtë), kurse tjetri grumbullues i lagështisë. Uji i ngrohtë të qetëson nga problemet me përzierjet e substancave të nxehta, dekompozon, pjek (maturon) dhe nxjerr jashtë fekalet, shkakton njomësi dhe nxehtësi, por nuk ndihmon në procesin e tretjes, pasi prej tij, ushqimi ngrihet dhe qëndron pezull në pjesën e sipërme të stomakut. Ky lloj uji nuk e shuan etjen shpejt, dobëson trupin dhe është shkaktar i një morie sëmundjesh. Megjithatë, uji i ngrohtë është i mirë për të moshuarit dhe për ata që vuajnë nga epilepsia, dhembjet e kokës prej të ftohtit dhe nga oftalmia.

Nuk ka ndonjë hadith që flet për ujin e ngrohur në diell, ashtu si nuk ka ndonjë doktor të shquar që të ketë këshilluar mospirjen e tij. Megjithatë, dihet që uji i nxehtë ndihmon në shkrirjen e dhjamit të veshkave.

Llojet e ujit

I. ***Uji i shiut***
Për ujin e shiut kemi folur më lart, te *Germa Gajn*.

II. ***Uji i akullit dhe i breshërit***
Në dy *Sahih*-ët tregohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) zakonisht bënte këtë lutje në hyrje të namazit: "O Allah! Laji gjynahet e mia me ujin e shiut, borës dhe breshërit!"

Bora krijohet si pasojë e grumbullimit bashkë të avujve të ajrit. Ne e kemi thënë edhe më lart, që urtësia e lutjes për larjen e gjynaheve me borë qëndron në faktin se zemra ka nevojë për ftohtësinë dhe fortësinë e borës. Siç e kemi shtjelluar edhe më herët, sëmundjet e zemrës mund të trajtohen e kurohen me të kundërtit e gjendjeve të tyre.

Uji i breshërit është më i ëmbël se uji i borës. Duhet të themi se cilësia e ujit të akullit varet nga burimi i tij, ashtu si cilësia e borës ndikohet nga vendi dhe malet ku ajo bie.

Uji i akullt nuk këshillohet të pihet pasi njeriu ka bërë banjë, marrëdhënie seksuale apo veprimtari sportive, pasi ka ngrënë ushqim të nxehtë ose kur ka kollë, dhembje në gjoks, mëlçi të dobët apo temperament të ftohtë.

Uji i burimeve mbitokësore nuk është shumë i mirë, ndërsa ai i puseve të thella nëntokësore është i rëndë. Arsyeja është që, i pari (pusi mbitokësor), vështirë se mund t'i shpëtojë ndotjes, ndërsa i dyti nuk është i shfaqur në ajër të hapur. Kësisoj, uji i puseve të

thella nuk duhet të pihet pa u lënë i ekspozuar në ajër për të paktën një natë.

Uji më i keq i puseve ose i rrjedhave nëntokësore është ai që kalon nëpër shtresa shkëmbore me përmbajtje të lartë plumbi, ose ai i puseve të pashfrytëzuara, sidomos kur toka që e nxjerr nuk është cilësisht e pastër.

III. Uji i Zemzemit

Ky është uji më i mirë, më i pastër, më i dobishëm, më i dashur dhe më i çmuar që gjendet mbi tokë. Pusi i Zemzemit u hap nga vetë Xhibrili (a.s.), dhe nga uji i tij piu profeti Ismail (a.s.).

Në dy *Sahih*-ët tregohet se Pejgamberi (s.a.u.s.) i tha Ebu Dherrit, që ndenji në Qabe dyzet ditë rresht pa bukë, duke pirë vetëm ujë Zemzemi: "Ai është ushqim i mirë." Ndërsa Muslimi i shton këtij hadithi pjesën: "…dhe ilaç për sëmundje".

Ibn Maxhe shënon se Xhabir Ibn Abdullahi përcjell që Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Uji i Zemzemit është për çdo gjë që synohet me pirjen e tij."

Përcillet, gjithashtu, se Abdullah ibn Mubareku ka thënë njëherë: - O Allah! Ibn Muammili na ka treguar se Muhamed ibn Munkediri ka përcjellë nga Xhabiri se Pejgamberi Yt (s.a.u.s.) ka thënë: "Uji i Zemzemit është për çdo gjë që synohet me pirjen e tij, dhe unë po e pi atë që të mos kem etje Ditën e Ringjalljes!" Ky hadith është i vërtetë.

Unë, ashtu si edhe shumë të tjerë, e kam pirë ujin e Zemzemit me qëllim për t'u shëruar nga sëmundje të ndryshme dhe, me vullnetin e Allahut, vërtet jam shëruar. Unë kam njohur, gjithashtu, njerëz që kanë jetuar gjatë vetëm me ujë Zemzemi, deri në pesëmbëdhjetë ditë, e ndoshta më tepër, pa u ankuar prej urisë. Po këta njerëz e kryenin tavafin rreth Qabesë bashkë me pelegrinët e tjerë, me hap dhe ritëm normal. Njëri, madje, më ka treguar se uji

i Zemzemit kishte qenë ushqimi dhe pija e tij e vetme për dyzet ditë me radhë, dhe ai ende kishte patur fuqi të kryente marrëdhënie me gruan e vet, të agjëronte dhe të bënte tavafin disa herë.

IV. Uji i Nilit

Nili është një prej lumenjve të Xhenetit, që vjen tutje nga Etiopia. Uji i tij mblidhet nga shirat dhe përrenjtë, që derdhen tek ai. Më pas, Allahu e drejton rrjedhën e tij për nga zonat e thata, të cilat ai i bën pjellore dhe të gjallëruara me njerëz e kafshë.

Toka nëpër të cilën lumi kalon është e thatë dhe nuk e mban ujin e shiut që bie mbi të, i cili, gjithsesi, është i pamjaftueshëm për jetën e bimësisë. Nga ana tjetër, nëse një tokë e tillë do të merrte më tepër se sasia normale e reshjeve, atëherë shtëpitë dhe jeta mbi të do të shkatërroheshin.

Allahu i Madhëruar e ka bërë shiun të tillë që të bjerë në toka të largëta, më pas e ka drejtuar ujin e tij që të rrjedhë në një lumë gjigant, i cili është i mjaftueshëm për nevojat e njerëzve dhe të kafshëve. Kur lumi furnizon me ujë të bollshëm bujqësinë dhe blegtorinë, atëherë ulet niveli i tij, e kështu njerëzve u mundësohet që të korrin të mbjellat e tyre.

Uji i Nilit i ka të dhjeta cilësitë që ne i përmendëm më lart, dhe kjo shpjegon përse ai është ndër ujërat më të lehtë, më të ëmbël dhe më të pastër.

V. Uji i detit

Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë për detin: "Uji i tij është i pastër dhe të ngordhurat e tij janë të lejuara (të hahen)."

Allahu e ka bërë detin të kripur për vetë të mirën e njerëzve dhe të kafshëve të tokës. Deti është shumë i pasur me kafshë e peshq, të cilët ngordhin, por nuk varrosen në të. Nëse uji i tij do të ishte i ëmbël, atëherë ai do të fëlliqej nga kafshët që do të ngordhin në të, duke ndikuar kjo edhe në ndotjen e ajrit përreth. Allahu, me

urtësinë e Vet, ka vendosur që uji i detit të jetë i kripur, në mënyrë që edhe sikur të tëra ngordhësirat dhe kufomat e tokës të hidheshin në të, ai përsëri do të ruante pastërtinë e tij, derisa Allahu t'i japë fund kësaj bote. Kjo është vetëm njëra nga arsyet përse uji i detit është i kripur, përveç dheut e rërës së tij, që gjithashtu janë të kripur.

Larja në det ndihmon në shërimin e shumë sëmundjeve dhe infeksioneve të lëkurës. Ndërsa pirja e ujit të tij është e dëmshme, shkakton diarre dhe zgjebe, ligështon trupin dhe shton etjen.

Ata që duhet të pinë ujë deti në mënyrë të vullnetshme e bëjnë këtë për qëllime të caktuara mjekësore. Edhe në këtë rast, uji duhet të vlohet në një enë të mbuluar me lesh, që shërben për të thithur avujt që dalin nga ena. Më pas, leshi shtrydhet për t'i nxjerrë ujin që ka grumbulluar nga avullimi, dhe ashtu pihet, nëse ka sasi të mjaftueshme, pasi kripa dhe mineralet e tjera të tij kanë mbetur në enë.

Një mënyrë tjetër (për filtrimin e ujit të detit) është duke hapur një gropë afër bregut të detit, për ta mbledhur ujin nëpërmjet disa kanaleve paralele, të cilat në fund do ta kthejnë atë në ujë pa kripë (duke kaluar nëpërmjet tyre disa herë).

Nëse dikush duhet të pijë patjetër ujë deti, atëherë le të hedhë paraprakisht në të bërthama kajsie, thëngjij të ndezur, deltinë armene (lloj balte), dru lisi ose miell gruri të imët. Kjo mënyrë (si metodë e tretë filtrimi) bën që shumica e mineraleve të mblidhen e të precipitojnë në fund të enës.

2. Myshku (*Misk*)
Muslimi shënon se Ebu Said El Hudriu përcjell që Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Lloji më i mirë i parfumit është myshku."
Në të dy *Sahih*-ët vjen rrëfimi i Aishes (r.a.), që thotë: "Unë gjithmonë e lyeja Pejgamberin (s.a.u.s.) me myshk përpara *ihram*-it, ditën e Kurban Bajramit dhe përpara kryerjes së tavafit rreth Shtëpisë (Qabesë)."

Myshku është mbreti i parfumeve, me aromën më të mirë. Parfumet e tjera zakonisht krahasohen me myshkun, por myshku nuk krahasohet kurrë me ta. Kodrat dhe rëra (dheu) e Xhenetit janë prej myshku.
Myshku është i nxehtë dhe i thatë në shkallë të dytë. Ai kënaq dhe qetëson zemrën, por forcon edhe organet e brendshme, nëse e pi ose e nuhat. Myshku, gjithashtu, fuqizon e çliron edhe organet e jashtme, nëse i lyen me të. Ai është i dobishëm për të moshuarit dhe për ata që kanë lagështi të tepërt lëkure, sidomos në dimër. Myshku ndihmon në rastet e të fikëtit, dridhjeve dhe plogështisë së përgjithshme të trupit, pasi ai gjallëron nxehtësinë instiktive. Myshku pastron të bardhën e syrit dhe përthan lagështirën e tepërt që mblidhet aty, ashtu siç lufton edhe ënjtjet në organe të ndryshme. Ai, ndonjëherë, vepron si antidot për disa helme dhe ndihmon kundra kafshimit të gjarprit. Myshku ka edhe shumë dobi të tjera.

3. **Rigoni** (*Merzenxhush*)
Rigoni është i nxehtë në gradë të tretë dhe i thatë në gradë të dytë. Aroma e tij qetëson dhembjet e kokës që janë të ftohta, të shkaktuara prej këlbazës, të ftohtit, vrerit të zi dhe ngjeshjes së gazrave. Ai liron hundët dhe bllokimet në kokë dhe shëron shumicën e ënjtjeve të ftohta e të lagështa.

Nëse përdoret si supostë, ai shton rrjedhjen e menstruacioneve dhe ndihmon shtatzëninë. Gjethet e thara e të shtypura të rigonit, kur përdoren si kompresë, largojnë të kuqtë që shfaqet poshtë syrit. Ndërsa po të përzihen me uthull (e vendosen si kompresë), ato qetësojnë dhembjet e pickimit të akrepit.

Pomadat me rigon ndihmojnë për trajtimin e dhembjeve të shpinës e të gjurit, si edhe për qetësimin nga lodhja e rëndë fizike. Ata që e nuhasin shpesh aromën e rigonit dhe janë mësuar me këtë gjë nuk vuajnë nga mbledhja e ujit në sy (ose katarakti). Nëse e përzien lëngun e tij me esencën e bajameve të hidhura dhe e hedh në hundë, ai çliron hundët e zëna dhe bllokimet në kokë.

4. **Kripa** (*Milh*)
El Bezzari shënon se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Shumë shpejt ju do të bëheni për njerëzit ashtu si kripa për gjellën, e cila nuk ka shije kur i mungon kripa."

El Begaviu, në komentimin që i ka bërë Kuranit, shkruan se Abdullah ibn Omeri përcjell nga Pejgamberi (s.a.u.s.) se ka thënë: "Janë katër mirësi që Allahu i ka zbritur prej qiellit në tokë: hekuri, zjarri, uji dhe kripa." Megjithatë, ky hadith duhet të njihet vetëm si thënie e Ibn Omerit.

Kripa është e dobishme për trupin e njeriut dhe për ushqimin e tij. Ajo është e favorshme kur përzihet me arin ose me argjendin, pasi floririn e bën më të verdhë, kurse argjendin më të bardhë.

Kripa dekompozon, kullon, përthan lëngjet e trasha në organizëm, forcon trupin dhe kuron fshikat e hapura të zgjebes.

Nëse i lyen qerpikët me kripë, sidomos me kripë guri, ajo largon dhjamin ose mishin e tepërt dhe ngjyrën e verdhë nga syri. Kripa ndihmon në parandalimin e përhapjes së infeksioneve malinje dhe vepron si laksativ e kundra plevitit, nëse e lyen barkun me të. Ajo pastron dhëmbët, i mbron ata nga prishja dhe forcon trysat. Gjithsesi, ka edhe shumë dobi e mirësi të tjera prej kripës.

<u>Germa *Nun*</u>

1. **Palma** (*Nahl*)
Palma përmendet disa herë në Kuran. Ndërsa në dy *Sahih*-ët shënohet se Ibn Omeri ka treguar: "Ne po rrinim ulur bashkë me të Dërguarin e Allahut (s.a.u.s.), kur atij i sollën palcën e një palmeje. Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Është një pemë që i ngjan muslimanit…". Unë doja të përgjigjesha e të thosha se ajo pemë ishte palma, por heshta, sepse isha më i vogli i grupit. Atëherë, Pejgamberi (s.a.u.s.) tha: "Ajo është palma." Më pas, i tregova

Omerit (të atit) se si ngjau, dhe ai më tha: “Po të ishe përgjigjur, për mua do të ishte më e mirë sesa kjo e ajo.”

Nga ky hadith nxirren shumë mësime, siç është, për shembull, stili pedagogjik i dijetarit (ose i mësuesit) me nxënësit e tij, duke iu bërë pyetje, me anë të të cilave ai teston njohuritë e tyre, ose duke përdorur krahasimet e metaforat. Po ashtu, ke çfarë të mësosh edhe nga droja e shokëve të Pejgamberit (s.a.u.s.), duke u nisur nga më i rëndësishmi e deri te më i thjeshti i tyre, pasi të gjithë ngurruan të përgjigjeshin prej turpit.

Hadithi tregon, gjithashtu, se prindi duhet të lumturohet kur fëmija i tij bën diçka të drejtë. Përveç kësaj, nga ai mësojmë se fëmija lejohet t’u përgjigjet pyetjeve në prani të prindërve të tij, edhe sikur ata të mos e dinë përgjigjen, pasi ky veprim nuk konsiderohet si shenjë mosrespekti ndaj prindërve.

Së fundi, në këtë hadith, muslimani krahasohet me palmën e hurmës arabe, për shkak të mirësive të jashtëzakonshme të saj, hijes së përhershme që krijon dhe frutave të ëmbla që lidh gjatë gjithë vitit.

Hurmat arabe hahen të freskëta, të thata, të pjekura dhe të papjekura. Ato shërbejnë si ushqim, si ilaç, si ëmbëlsirë, si pije dhe si frutë. Druri i palmës, nga ana tjetër, përdoret si lëndë ndërtimi, për enë kuzhine etj. Me gjethet e saj bëhen rrogozë, kosha, vazo, hinka etj., kurse me fibrat e palmës bëhen litarë dhe dyshekë. Bërthamat e hurmave janë ushqim për devetë dhe përbërës në shumë barna mjekësore e në llojet e *kuhl*-it.

Frutat e palmës (hurmat arabe) janë të njohura, gjithashtu, për bukurinë e tyre dhe për mënyrën se si qëndrojnë hijshëm në degët e pemës, pamje kjo mjaft qetësuese e çlodhëse për syrin. Thjesht kundrimi i këtyre frutave të kujton Krijuesin, vepra e të Cilit është e përkryer e madhështore, ashtu si urtësia e Tij.

Për të gjitha këto arsye të mësipërme, palma i ngjan besimtarit të udhëzuar, pasi mirësia që ngërthen ai është e plotë, si në aspektin e jashtëm të tij, ashtu edhe në atë të brendshëm.

Druri që u përmallua për Pejgamberin (s.a.u.s.), kur ai nuk po e përdorte më si podium, ishte pikërisht prej trungut të palmës. Atë e kishte marrë malli për praninë e Pejgamberit (s.a.u.s.) dhe për të dëgjuar zërin e tij!

Pema nën të cilën u strehua Merjemeja, në kohën kur lindi Isain (a.s.), ishte gjithashtu palmë e hurmës arabe.

Ka mendime të ndryshme në lidhje me çështjen se cila prej këtyre është më e mirë: palma apo hardhia? Allahu i ka përmendur të dyja disa herë në Librin e Tij. Në fakt, ato janë të ngjashme me njëra-tjetrën, ndonëse secila është më e rëndësishme në vendin e saj natyral dhe në tokën ku ajo është më e pranueshme.

2. **Narcizi** (*Narxhis*)
Narcizi është i nxehtë dhe i thatë në gradë të dytë. Kërcejtë e tij përdoren si ilaç për tumoret e thella, që prekin edhe nervat. Narcizi pastron dhe largon substancat e dëmshme. Nëse e zien dhe pi lëngun e tij, ose e ha atë të zier, ai shkakton të vjella dhe nxjerr jashtë lëngjet e këqija që qëndrojnë në fund të stomakut. I përzier dhe i valuar me thjerrëza dhe mjaltë bashkë, ai pastron lungat e infektuara dhe lufton ulcerat gastrike.

Lulet e narcizit janë me natyrë mesatare (as të nxehta, as të ftohta) dhe përdoren në kurat kundër të ftohtit. Ato janë dekompozuese të forta, lirojnë hundët dhe bllokimet në tru, ashtu siç ndihmojnë edhe në rastet e dhembjeve të kokës dhe të vrerit të zi. Kush nuhat aromën e narcizit rregullisht gjatë dimrit, do të jetë i mbrojtur nga pleviti gjatë verës. Narcizi qetëson ato dhembje koke që shkaktohen nga këlbaza dhe vreri i zi. Aroma e tij mpreh mendjen dhe gjallëron zemrën, por kuron edhe shumë sëmundje të tyre.

Autori i *El Tejsir*-it ka thënë: "Thithja e aromës së narcizit shëron edhe epilepsinë që prek fëmijët."

3. **Gëlqerja e përzier me arsenik** (*Nuurah*)
Nuurah është një lëndë e përbërë nga dy pjesë gëlqere dhe një pjesë arsenik, që përzihet me ujë dhe pastaj lihet të thahet në diell, derisa të marrë ngjyrë të kaltër. Kjo lëndë e krijuar përdoret si pomadë, e cila e jep efektin pas një ore, kohë në të cilën trupi nuk duhet të ketë kontakt me ujin. Më tej, bëhet një banjë, dhe pastaj trupi lyhet me këna, në mënyrë që të largohet nxehtësia e gëlqeres.

4. **Hidja** (*Nabk* ose *Nabik*)
Ebu Nuajmi, kur flet për hiden në librin e tij për mjekësinë, citon këtë hadith të Pejgamberit (s.a.u.s.), që thotë: "Kur Ademi (a.s.) u zbrit në tokë, fruti i parë që hëngri ishte hidja (*nabik*)." Më pas, ai (Ebu Nuajmi) përmend disa emra të tjerë, me të cilët njihet kjo pemë.

I Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) e ka përmendur fjalën *nabk* edhe në një hadith tjetër, të sjellë kësaj here nga autorët e dy *Sahih*-ëve: "Natën e Israsë, mua më treguan pemën *Sidrat el Munteha* (që ndodhet në qiellin e shtatë) dhe unë pashë frutat *nabk* të saj, të cilat ngjanin me shtambat prej balte të Haxhrit (qytet në Arabi)."

Hidja (ose xinxifja) zbut procesin natyral të tretjes, ndihmon kundra diarresë, mbështjell stomakun, qetëson vrerin, ushqen trupin, u jep shije ushqimeve të tjera dhe shkakton këlbazë. Ajo kuron edhe pezmatimet që shkaktohen nga vreri. Hidja tretet ngadalë, ndërsa mielli i saj forcon zorrët dhe është i favorshëm për temperamentet vrerike. Efektet negative të hides shmangen nëse atë e shoqëron me hoje blete.

Ka mendime të ndryshme për natyrën e hides: është e lagësht apo e thatë? Megjithatë, qëndrimi i saktë është se hidja e njomë është e ftohtë dhe e lagësht, ndërsa hidja e tharë është e ftohtë dhe e thatë.

Germa *Haa*

Radhiqja (*Hindaba*)
Temperamenti i radhiqes ndryshon sipas stinës. Ajo është e ftohtë dhe e lagësht në dimër, e nxehtë dhe e thatë në verë dhe mesatare në pranverë e vjeshtë. Megjithatë, në përgjithësi, radhiqja (ose çikorja) është e ftohtë dhe e thatë.

Radhiqja ftoh stomakun dhe shkakton kapsllëk. Nëse ajo zihet dhe hahet e shoqëruar me uthull, sidomos radhiqja e egër, bëhet kapsuese më e fortë, më e dobishme për stomakun dhe më tepër gjallëruese.

E përdorur si kompresë, radhiqja qetëson acarimet gastrike, përdhesin dhe mahisjet e nxehta të syrit. Gjethet dhe kërcelli i saj shërbejnë si ilaç i jashtëm edhe në rastet e pickimit të akrepit.

Radhiqja forcon stomakun dhe liron bllokimet e veshkave, shpretkës, damarëve dhe të zorrëve. Ajo pastron veshkat dhe i kuron ato në rastet e dhembjeve të nxehta dhe të ftohta.

Radhiqja e thartë është gjëja më e mirë për mëlçinë, ndërsa lëngu i saj ndihmon kundra verdhëzës, sidomos kur përzihet me lëngun e koprës së njomë. Po të vendosësh mbi xhungat e nxehta gjethet e shtypura të radhiqes, ajo do t'i ftohë dhe asgjësojë ato. Radhiqja, gjithashtu, pastron brendësinë e gjoksit dhe largon nxehtësinë e gjakut të acaruar dhe të vrerit.

Nëse dëshiron të kesh efektin e plotë të radhiqes, atë duhet ta hash pa e futur në ujë. Kjo bimë përdoret si antidot i mirë kundra shumë helmeve të ndryshme. Lyerja e qerpikëve me lëngun e radhiqes pastron sytë, ndërsa përzierja e këtij lëngu me vaj ndihmon kundra çdo lloj substance të dëmshme në përgjithësi. Po t'i shtrydhësh kërcejtë e radhiqes e t'u nxjerrësh lëngun, mund ta pish atë si ilaç në rastet e pickimeve të grerëzave ose të kafshimit

të gjarprit. Së fundmi, limfa e kërcellit të saj zbardh pjesën e bardhë të kokërdhokut të syrit.

<u>Germa *Vau*</u>

1. **Thana** (*Varss*)

Ummu Selemeja rrëfen: "Gruaja që sapo ka lindur duhet të qëndrojë (pa falur namaz ose pa agjëruar) dyzet ditë. Ne të tjerat pastaj, duhet t'ia lyejmë fytyrën me thana, që të luftojë aknet." Ebu Hanifeja, një gjuhëtar, shpjegon: "Thana (e butë) nuk rritet në gjendje të egër, por vetëm e kultivuar. Unë mendoj se ajo rritet veç në viset arabe, sidomos në Jemen."

Thana është e thatë dhe e nxehtë në shkallë të dytë. Lloji më i mirë i saj është thana e kuqe, e cila është e butë dhe nuk ka shumë mbetje. Thana përdoret si pomadë kundra puçrrave në fytyrë. Ajo ka veti kapsuese, përdoret si ngjyrosëse, ndërsa në rastet e sëmundjes së lebrës pihet si lëng.

Thana ka dobi të ngjashme me *kust*-in indian. Si pomadë, ajo është kuruese edhe e njollave në lëkurë. Nëse i ngjyen rrobat me bojën e saj, ato nxisin epshin seksual.

2. **Isati ngjyrues** (*Vesmah*)

Kjo bimë është e ngjashme me gjethet e Nilit dhe përdoret për të ngjyrosur flokët me të zezë. Për çështjen e lyerjes së flokëve me bojë të zezë kemi folur më lart.

<u>Germa *Jaa*</u>

Kungulli (*Jaktin*)
Në fakt, fjala *jaktin* në arabisht nuk tregon vetëm kungullin, por shënon çdo lloj bime tjetër që ka kërcell zvarritës, si shalqini apo kastraveci.

Allahu i Madhëruar thotë në Kuran: “Ne bëmë që një bimë kungulli (*jaktin*) të rritej deri mbi shtatin e tij (profetit Junus).” [Saffat, 146] Fjala *jaktin* e përdorur në këtë ajet do të thotë ‘kungull’, i cili ndryshe quhet (në arabisht) edhe *dubba*.

Në dy *Sahih*-ët shënohet se, njëherë, një rrobaqepës e ftoi Pejgamberin (s.a.u.s.) në shtëpi për të ngrënë një vakt që ai kishte përgatitur. Bashkë me Pejgamberin (s.a.u.s.) shkoi edhe Enesi (r.a.). Rrobaqepësi u nxori bukë prej elbi dhe një supë me kunguj e pastërma. Enesi rrëfen: “Unë e pashë vetë se si i Dërguari i Allahut (s.a.u.s.) i gjurmonte copat e kungullit nëpër pjatë, dhe që atëherë kungulli u bë shumë i dashur për mua.”

Ebu Taluti tregon: - Kur hyra njëherë tek Enes ibn Maliku, ai ishte duke ngrënë kungull e duke thënë (duke iu referuar kungullit): “Ti je një bimë shumë e dashur për mua, sepse Pejgamberi (s.a.u.s.) të pëlqente shumë kur të hante.”

Kungulli është bimë e ftohtë dhe e lagësht. Ai është një ushqim që tretet lehtë. Nëse kungulli nuk prishet në stomak përpara se të tretet plotësisht, ai prodhon një përzierje të mirë atje, sidomos kur shoqërohet me ushqim të përshtatshëm me të. Për shembull, shoqërimi i kungullit me sinap krijon një sekrecion (lëng) të hidhur, ndërsa kur i hedh kripë, e bën atë të kripur dhe, me substanca tkurrëse, sekrecioni bëhet kapsues. Nëse ha kungull të shoqëruar me ftonj, i ke dhënë trupit një ushqim të mirë.

Kungulli është i lehtë për stomakun, sidomos për ata që nuk vuajnë nga këlbaza apo nga i ftohti. Lëngu që përmban ai ndihmon në shuarjen e etjes, nëse e pi atë, dhe në qetësimin e dhembjeve të kokës, nëse e lan kokën me të. Kungulli e zbut stomakun, sido që ta përdorësh, dhe është tepër i dobishëm për ata që kanë temperament të nxehtë.

Po ashtu, kungulli i përzier me brumë dhe i pjekur në furrë, bashkë me lëngun e tij të përzier me pije të lehta, ndihmojnë në uljen e temperaturës së etheve, shuajnë etjen dhe shërbejnë si

ushqim i mjaftueshëm për trupin. Nëse ai përzihet me reçel ftoi dhe *menna*, asgjëson vrerin.

Po ta ziesh kungullin dhe lëngut të përftuar t'i hedhësh pak mjaltë dhe natrium, ai do të shkaktojë këlbazë dhe acid. Ndërsa po të vësh si kompresë në kokë kungull të shtypur, ai do të lehtësojë gjendjen e xhungave të nxehta në tru.

Lëngu i lëkurës së kungullit i përzier me vaj trëndafili ndihmon kundra tumoreve të nxehta, nëse hidhet me pika në vesh. Lëkura e tij qetëson çibanët e nxehtë të syrit dhe shërben kundra përdhesit.

Kungulli është tepër i dobishëm për ata që kanë temperament të nxehtë dhe për ata që vuajnë nga ethet. Megjithatë, nëse ai has në stomak me substanca të prishura, atëherë edhe ai prishet, duke krijuar atje një përzierje të dëmshme. Në këtë rast, për të shmangur pasojat, njeriu duhet të përdorë uthull ose gjëra të tjera të tharta.

Në përgjithësi, kungulli është një ndër ushqimet më të lehta dhe më të tretshme. Enesi (r.a.) na ka treguar se edhe Pejgamberi (s.a.u.s.) e pëlqente shumë atë.

Përmbyllje

Tani mendojmë se mbyllja më e mirë për këtë kapitull do të ishte përmendja e disa këshillave të përgjithshme si masa parandaluese për mbrojtjen e shëndetit, në mënyrë që përfitimi prej këtij libri të jetë sa më i plotë.

Ky është një kapitull që Ibn Mesavaihu e ka përpiluar në librin e tij *El Mahadhir*, ku thotë:

- “Kushdo që ha qepë për dyzet ditë rresht dhe i mbushet fytyra me puçrra, të mos fajësojë dikë tjetër për këtë, përveç se vetes.

- Ata që duan të kursejnë dhe hanë vetëm ushqime të regjura, duhet të fajësojnë veç vetveten nëse preken nga zgjebja ose njollat e bardha në lëkurë.

- Ata që hanë mish me vezë, të fajësojnë veç veten nëse sëmuren nga hemiplegjia (paraliza që prek vetëm njërën anë të trupit) ose paraliza faciale.

- Ata që preken nga hemiplegjia kur janë duke bërë banjë me stomakun plot, duhet gjithashtu të fajësojnë veç veten.

- Ata që hanë peshk me qumësht duhet të fajësojnë veç veten nëse sëmuren nga lebra ose përdhesi.

- Kushdo që përzien qumështin me verën, dhe pastaj e zë përdhesi, të fajësojë veç veten.

- Kushdo që ejakulon në gjumë, por nuk bën banjë para se të kryejë marrëdhënie me gruan e tij, dhe më pas e shoqja lind një fëmijë të vonuar (me të meta), duhet të fajësojë veç veten.

- Kushdo që ha vezë të ziera të ftohta dhe sëmuret nga astma, duhet të fajësojë veç veten.

- Kushdo që kryen marrëdhënie seksuale, por nuk pret derisa të ejakulojë, dhe më pas vuan nga gurët në veshka, duhet të fajësojë veç veten.

- Kushdo që shihet në pasqyrë natën, dhe pastaj preket nga paraliza faciale ose nga ndonjë sëmundje tjetër, duhet të fajësojë veç veten.”

Ndërsa Ibn Bukhajshu thotë:

- “Kujdes nga ngrënia bashkë e vezëve dhe e peshkut, sepse shkaktojnë kapsllëk, majasëll e dhembje dhëmbësh.

- Teprimi me ngrënien e vezëve shkakton puçrra në fytyrë.

- Nëse ha ushqime të kripura, peshk të kripur dhe bën *hixhame* me shpim damarësh pas një banje të përgjithshme të trupit, mund të bëhesh shkaktar i zgjebes ose i njollave të bardha në lëkurë.

- Po të hash shpesh e rregullisht veshka dhie, si pasojë mund të kesh shterpësinë e prostatës.

- Banja me ujë të ftohtë, pasi ke ngrënë peshk me mish të butë, mund të shkaktojë paralizë faciale.

- Kryerja e marrëdhënieve seksuale me një grua që ndodhet në ciklin menstrual shkakton lebër.

- Marrëdhëniet seksuale që nuk shoqërohen me një banjë të trupit nga pas, shkaktojnë gurë (në veshka, tëmth etj.)

- Së fundi, qëndrimi i tejzgjatur dhe pa arsye në tualet, duke kryer nevojat fiziologjike, shkakton sëmundje serioze.”

Hipokrati ka thënë: “Më pak substancë e dëmshme është më mirë sesa më shumë substancë e dobishme.” Përsëri ai ka thënë: “Ruajeni shëndetin duke zgjedhur veprimtarinë e lodhshme në vend të pasivitetit dhe duke shmangur ngopjen e plotë me ushqime dhe pije.”

Një burrë i mençur ka thënë: “Cilido që dëshiron të jetë i shëndetshëm, le të hajë ushqim të mirë, të ruajë higjienën dhe pastërtinë në të ngrënë, të pijë kur të jetë i etur, të mos e teprojë me pirjen e ujit dhe të bëjë pushim pas ngrënies së drekës. Po ashtu, ai duhet të ecë në këmbë pas vaktit të darkës, të mos flejë gjumë pa kryer nevojat fiziologjike dhe të mos bëjë banjë pasi ka mbushur barkun. Një banjë në stinën e verës është më mirë sesa dhjetë të

tilla gjatë periudhës së dimrit. Ngrënia e mishit pastërma për darkë shkakton vdekjen, ndërsa marrëdhëniet seksuale me një grua të moshuar e plakin më shpejt burrin dhe ia bjerrin fuqinë atij." Disa prej këtyre këshillave i janë mveshur padrejtësisht Aliut (r.a.). Megjithatë, është e vërtetë që disa prej tyre i përkasin doktorit të shquar arab Harith ibn Kaladahut.

Ibn Kaladahu ka thënë: "Kushdo që dëshiron të jetojë gjatë, ndonëse përjetësia është e pamundshme, duhet të hajë drekë dhe darkë herët, të veshë rroba të lehta dhe të ruhet nga marrëdhëniet e tepërta seksuale." Ai ka thënë gjithashtu: "Katër gjëra e dobësojnë trupin: marrëdhëniet seksuale teksa je i uritur, bërja e banjës kur je me barkun plot, ngrënia e mishit pastërma dhe marrëdhëniet seksuale me një grua të moshuar."

Tek ishte në shtratin e vdekjes, rreth Harith ibn Kaladahut u mblodhën disa njerëz e i thanë: "Na jep disa këshilla, që t'i kemi parasysh kur ti të mos jesh më." Ai u tha: "Martohuni vetëm me gra të reja në moshë, hani fruta të pjekura kur janë në stinën e tyre dhe mos përdorni barna nëse mund ta përballoni vetë sëmundjen. Bëjini lavazh stomakut një herë në muaj, me qëllim që ta pastroni atë nga këlbaza dhe vreri dhe që të lejoni mishin të rritet. Pasi të hani drekë, shtrihuni dhe pushoni një orë, ndërsa pas vaktit të darkës bëni të paktën dyzet hapa në këmbë."

Një mbret i tha njëherë doktorit të tij: "Unë nuk do të të kem gjithmonë ty, prandaj më jep disa këshilla, që t'i zbatoj kur ti të mos jesh më." Ai i tha: "Martohu veç me vajza të reja, ha mish të freskët dhe pi ilaçe kur të jesh sëmurë. Haji frutat kur janë të pjekura e në stinën e tyre dhe përtype ushqimin mirë. Kur ha gjatë ditës, nuk ka problem nëse shtrihesh pak, por kur ha në darkë, mos fli pa bërë së paku pesëdhjetë hapa. Ushqimin duhet të hash veç kur të ndiesh uri. Mos kryej marrëdhënie seksuale pa patur dëshirë dhe mos u shtrëngo të mbash urinën. Freskohu kur je i nxehtë, sepse nxehtësia shkakton lodhje. Mos ha nëse stomaku ka ende ushqim e mos fut në bark diçka që dhëmbët nuk e bluajnë dot, sepse stomaku nuk do të jetë në gjendje ta tresë atë ushqim.

Përpiqu të vjellësh një herë në javë, për të pastruar trupin. Gjaku është gjëja më e çmuar që ke në trup, prandaj mos e hiq atë (me kupa) pa qenë e nevojshme. Së fundi, bëji banjë trupit, sepse ajo pastron prej teje atë gjë që nuk e heqin dot ilaçet."

Kurse imam Shafiiu ka thënë:"Katër gjëra i japin fuqi trupit:
- ngrënia e mishit,
- nuhatja e parfumit,
- bërja e banjës pa kryer marrëdhënie seksuale dhe
- veshja e rrobave të lirit.

Katër gjëra e dobësojnë trupin:
- marrëdhëniet e tepërta seksuale,
- depresioni,
- pirja e shpeshtë e ujit me stomakun bosh dhe
- ngrënia e shumë ushqimeve të tharta.

Katër gjëra e forcojnë shikimin:
- ulja në krah të Qabesë,
- përdorimi i *kuhl*-it përpara gjumit,
- vështrimi i sendeve me ngjyrë të gjelbër dhe
- pastërtia e vendit ku rri (në shtëpi).

Katër gjëra e dobësojnë të parët:
- vështrimi i pisllëkut,
- vështrimi i personave të kryqëzuar (si ndëshkim),
- vështrimi i vaginës së gruas dhe
- ulja me shpinë nga Kibla.

Katër gjëra e bëjnë mendjen më të mprehtë:
- shmangia e fjalëve të kota,
- përdorimi i misvakut,
- shoqërimi me njerëz të devotshëm dhe
- qëndrimi me dijetarët."

Platoni ka thënë: "Katër gjëra e shterin fuqinë e njeriut, e madje mund ta çojnë atë në vdekje: plogështia, ndarja me të dashurit,

tërbimi, mospranimi i këshillës së mirë dhe të mençurit që shtyhen të mashtrojnë prej injorantëve.”

Doktori i El Mamunit ka thënë: “Kapuni fort pas pesë rregullave, sepse kushdo që i respekton ato nuk do të sëmuret kurrë, përveçse kur ta kapë vdekja:

- Mos hani në qoftë se në barkun tuaj ka ende ushqim.

- Mos hani ushqime që dhëmbët nuk jua bluajnë dot, sepse ashtu stomaku nuk arrin t'i tresë ato.

- Mos kryeni marrëdhënie të tepërta seksuale, sepse ato ju shkurtojnë jetën.

- Mos kryeni marrëdhënie seksuale me një grua të moshuar, sepse mund të pësoni vdekje të beftë.

- Mos bëni *hixhame* pa qenë e nevojshme, por mund të kryeni vjellje të vullnetshme (për pastrim të organizmit) gjatë verës.”

Ndërsa Hipokrati ka thënë gjithashtu: “Çdo gjë e tepërt është jo e natyrshme.”

Galenin e pyetën njëherë: “Përse nuk sëmuresh shpesh ti?” Ai u përgjigj: “Unë nuk ha kurrë bashkë dy lloje ushqimesh të papërshtatshme, nuk ha kurrë kur nuk jam i uritur dhe nuk mbaj kurrë në stomak një ushqim që e shqetëson atë.”

Teprimi me katër gjëra shkakton sëmundje. Ato janë: fjalët, marrëdhëniet seksuale, gjumi dhe të ngrënit.

- Fjalët e tepërta dobësojnë logjikën dhe shpejtojnë plakjen.

- Gjumi i tepërt krijon zverdhje në fytyrë, verbon zemrën, acaron sytë, e dembelos njeriun për punë dhe shkakton lagështi mbi normën në trup.

- Ngrënia e tepërt prish vrimën e stomakut, dobëson trupin, shkakton gazra të ngjeshur dhe sëmundje të rënda.

- Marrëdhëniet e tepërta seksuale shterojnë fuqitë, plogështojnë fizikun, përthajnë lëngjet e trupit, shkaktojnë bllokime të ndryshme dhe dëmtojnë organizmin në përgjithësi, sidomos trurin, për shkak të efekteve psikologjike që ato kanë mbi të. Ligështia në tru, e cila sjell dhe rënie të shpirtit, është më e keqe se ligështia në çdo organ tjetër.

Çasti më i mirë për marrëdhënie seksuale është kur njeriu ndien një dëshirë të fortë për gruan e tij, e cila, nga ana e saj, është e bukur, e re, gati dhe e eksituar. Marrëdhëniet e rregullta e bëjnë seksin më të dëshirueshëm, sidomos kur palët nuk i shqetëson gjë ose kur nuk e teprojnë me të. Marrëdhëniet janë më të mira, gjithashtu, kur njeriu nuk e ka stomakun plot, kur nuk ka kryer veprimtari të rëndë fizike më përpara dhe kur nuk është vapë përvëluese ose i ftohtë i skajshëm.

Nëse merren parasysh dhjetë këshillat e mësipërme, seksi bëhet mjaft i dobishëm. Në të kundërt, nëse ndonjëra prej tyre injorohet, atëherë shkalla e dëmit të tij do të varet nga shkalla e shkeljes që është bërë. E kur asnjëra prej tyre nuk respektohet, pasoja është një jetë më e shkurtër.

Ushqimi i tepërt është i rrezikshëm për njeriun e shëndetshëm po aq sa është edhe për njeriun e sëmurë.

Galeni u tha njëherë disa shokëve të vet:

“Ruhuni nga tri gjëra dhe kërkoni katër gjëra të tjera, dhe nuk do të keni nevojë për doktor. Ruhuni nga pluhurat, tymrat dhe duhmat e këqija. Nga ana tjetër, kërkoni ushqim me vlera, aroma të mira, ëmbëlsira dhe bëjini shpeshherë banjë trupit.

Përveç këtyre:

- Mos e tejngopni barkun dhe mos hani arra në darkë.

- Po të sëmureni me të ftohtë, mos flini në shpinë.

- Kush vuan nga depresioni, nuk duhet të hajë ushqime të tharta.

- Kush bën *hixhame*, nuk duhet të vrapojë ose të ecë me nxitim, sepse kjo mund t'i shkaktojë vdekjen.

- Ata që kanë dhembje në sy nuk duhet të vjellin (në mënyrë të vullnetshme).

- Mos hani shumë mish gjatë stinës së verës.

- Kushdo që vuan nga ethet nuk duhet të flejë në diell.

- Mos hani patëllxhanë që janë të vjetër dhe faroshë.

- Kush pi një filxhan me ujë të ngrohtë gjatë dimrit, do të jetë i ruajtur nga sëmundjet.

- Ata që kur lahen e fërkojnë trupin me lëkurë shege, nuk preken nga zgjebja ose puçrrat në lëkurë.

- Kushdo që ha pesë lule shpatoreje me mastikë greke, aloe dhe myshk, do ta ruajë fuqinë dhe shëndetin e stomakut për gjithë jetën.

- Ngrënia e farave të shalqinit me sheqer pastron stomakun nga gurët dhe parandalon djegësirën që krijon ndonjëherë urina."

Katër gjëra e shkatërrojnë trupin, deri në vdekje:
- depresioni,
- pikëllimi,
- uria dhe
- qëndrimi zgjuar deri në orët e vona të natës.

Katër gjëra sjellin kënaqësi e lumturi, po t'i kundrosh:
- gjelbërimi,
- uji që rrjedh,
- të dashurit e zemrës dhe
- frutat.

Katër gjëra dëmtojnë dhe errësojnë shikimin:
- ecja këmbëzbathur,
- shikimi i fytyrave të urryera ose i armikut,
- qarja e tepërt dhe
- shikimi i vijave të holla (ose i shkrimit të imët) për një kohë të gjatë.

Katër gjëra i japin fuqi trupit:
- veshja e rrobave të buta,
- banja me ujë të ngrohtë,
- ngrënia e ëmbëlsirave dhe e ushqimeve të pasura, dhe
- nuhatja e aromave të këndshme.

Katër gjëra e ashpërsojnë lëkurën e fytyrës, duke i larguar asaj freskinë rinore dhe pamjen e shëndetshme:
- të gënjyerit,
- sjellja vulgare,
- bërja e shumë pyetjeve më kot dhe
- bërja e gjynaheve.

Katër gjëra i shtojnë fytyrës freskinë rinore:
- fisnikëria,
- besnikëria,
- bujaria dhe
- frika ndaj Allahut.

Katër gjëra sjellin zemërim dhe ngjallin urrejtje:
- arroganca,
- lakmia,
- të gënjyerit dhe
- përhapja e shpifjeve dhe e thashethemeve.

Katër gjëra sjellin furnizim (risk prej Zotit):
- qëndrimi në këmbë duke falur namaz gjatë natës,
- kërkimi i faljes së Allahut shpesh dhe gjatë natës,
- dhënia e sadakasë dhe
- të përmendurit e Allahut (*dhikr*-i) në mëngjes e në mbrëmje.

Katër gjëra e ndërpresin riskun prej Zotit:
- fjetja gjumë në mëngjes,
- namazi i pakët,
- dembelizmi dhe
- tradhtia.

Katër gjëra e dëmtojnë mendjen dhe intelektin:
- konsumi i tepërt i ushqimeve dhe i frutave të tharta,
- fjetja në shpinë,
- depresioni dhe
- pikëllimi.

Katër gjëra forcojnë mendjen dhe intelektin:
- zemra e qetë,
- konsumi me masë i ushqimeve dhe pijeve,
- ndërthurja e mirë e ëmbëlsirave dhe e ushqimeve të pasura, dhe
- pastrimi i trupit nga substancat e këqija.

Ka edhe gjëra të tjera që e dëmtojnë mendjen, si: ngrënia tej mase e qepëve, fasuleve, ullinjve dhe patëllxhanëve, teprimi me marrëdhëniet seksuale, vetmia, brengosja, dehja, të qeshurat e tepërta dhe depresioni.

Një njeri i mençur ka thënë: “U lodha tri herë dhe nuk munda të gjeja arsye tjetër për këtë, veç këtyre të trijave: kisha ngrënë shumë patëllxhanë një ditë, shumë ullinj një ditë tjetër dhe shumë fasule për herën e tretë.”

Ne përmendëm tashmë disa parime të dobishme të mjekësisë, të cilat nuk mund të gjenden gjetkë, përveçse në këtë libër. Ne kemi pohuar, gjithashtu, se feja dhe mjekësia janë të afërta me njëra-tjetrën. Përsëri kemi thënë që mjekësia profetike nuk mund të krahasohet me mjekësinë e doktorëve profesionistë, ashtu si nuk mund të krahasohet mjekësia e doktorëve profesionistë me mjekësinë e mjekëve amatorë.

Në fakt, kjo çështje është më e thellë dhe më serioze sesa e kemi trajtuar këtu, por ne përmendëm vetëm aq sa të jetë e mjaftueshme për lexuesin, që të kuptojë rëndësinë e saj. Ata që Allahu nuk i ka pajisur me aq logjikë sa të kuptojnë këtë shpjegim, le shqyrtojnë e të mësojnë atëherë se çfarë dallimi ka midis forcës që mbështetet nga Allahu dhe dituria e Tij apo midis mendjes së fuqishme dhe të kuptuarit e shëndoshë me të cilët Allahu ka pajisur profetët e Tij, nga njëra anë, dhe gjithçkaje që mund të kenë apo zotërojnë të tjerët në këtë fushë, nga ana tjetër.

Dikush, madje, mund të pyesë: Çfarë lidhje ka udhëzimi i Pejgamberit (s.a.u.s.) me fushën e mjekësisë, me çështjet e kurimit apo të mbrojtjes së shëndetit?

Një pyetje e tillë, në fakt, reflekton vetëm injorancë, pasi kjo çështje, ashtu si shumë të tjera, ka qenë një ndër synimet e Shpalljes me të cilën u dërgua Pejgamberi (s.a.u.s.) dhe një ndër fushat ku ai solli udhëzimin për ne. Të kuptuarit e shëndoshë, bashkë me njohjen rreth Allahut dhe rreth të Dërguarit të Tij (s.a.u.s.), janë mirësi që Allahu ua fal atyre krijesave që Ai dëshiron.

Ne i shpjeguam tri parimet e mjekësisë që gjenden në Kuran. E si mund të mohohet e të thuhet që feja me të cilën Pejgamberi (s.a.u.s.) u dërgua, me udhëzimet e saj për këtë jetë dhe jetën tjetër, nuk tregoka se çfarë e mbron shëndetin e trupit?! Si mund të mohohet fakti që feja na drejton ne tek mënyrat më të mira për të qenë të shëndetshëm, pikërisht ashtu siç na drejton tek mënyrat më të mira për të ruajtur zemrën dhe për të parandaluar

sëmundjet që mund ta prekin atë?! Këto ilaçe e mjekime (që përmban feja) janë përmendur me terma të përgjithshëm, ndërsa termat konkretë janë lënë për t'u zbërthyer, kuptuar e zbatuar nga ata që kanë mendje të shëndoshë dhe zemër të pastër, ashtu siç veprohet me çështjet e *fikh*-ut. Mos u bëni prej atyre që nuk e pranojnë diçka veç për shkakun se nuk kanë njohuri për të.

Nëse robi është i pajisur me njohje të mjaftueshme rreth Librit të Allahut dhe Sunetit të Pejgamberit të Tij (s.a.u.s.), si edhe me të kuptuar të qartë të teksteve fetare, ai mund të mbështetet në këto burime, dhe nuk do të ketë më nevojë për asgjë tjetër. Ato janë burime nga të cilat ai mund të marrë çdo lloj diturie të vlefshme.

Çdo fushë e diturisë varet nga njohja e Allahut, e ligjeve dhe e krijimit të Tij. Profetët janë burimi i vetëm nga ku ne mund ta marrin këtë dituri, sepse ata kishin njohjen më të mirë rreth Allahut, ligjeve dhe krijimit të Tij. Ata kishin, gjithashtu, njohjen më të plotë rreth urtësisë që fshihet pas krijimit dhe urdhrave të Allahut. Kjo është arsyeja, pra, përse recetat e lëshuara nga ndjekësit e profetëve janë më të mira dhe më efikase se recetat e çdokujt tjetër. Po për këtë arsye, recetat e lëshuara nga ndjekësit më të mirë të Profetit, zotëriut të profetëve të tjerë, Muhamed ibn Abdullahit (s.a.u.s.), janë, sigurisht, recetat më të mira dhe më të dobishmet.

Vetëm ata që kanë njohuri të vërteta mbi shkencën e mjekësisë njerëzore dhe mbi mjekësinë profetike mund ta bëjnë dallimin mes tyre. Profetët ishin njerëzit me mendjen më të ndritur dhe me diturinë më të kulluar e më të thellë. Ata ishin dhe mbeten krijesat më të afërta me të vërtetën. Ata janë njerëzit më të mirë që ka zgjedhur Allahu, ashtu si profeti Muhamed (s.a.u.s.) është më i miri ndër të gjithë profetët e tjerë. Dituria, urtësia dhe mbrojtja me të cilat Allahu i kishte pajisur profetët dhe të dërguarit e Tij, bëjnë që ata t'i përkasin një kategorie të pakrahasueshme.

Imam Ahmedi shënon se Pejgamberi (s.a.u.s.) ka thënë: "Ju (njerëzit në përgjithësi) jeni në shtatëdhjetë bashkësi; ju

(muslimanët) jeni për Allahun më të mirët dhe më të nderuarit mes tyre." Ky veçim që u ka bërë Allahu muslimanëve shfaqet në diturinë, mendjet, intelektet dhe sjelljet natyrale të tyre. Muslimanët janë ata që hulumtuan dituritë e të gjithë popujve pararendës, duke mësuar prej urtësisë, nivelit të zhvillimit dhe veprave të tyre, e duke i shtuar kësaj njohjeje diturinë, urtësinë dhe maturinë e vet, që Allahu ua ka falur.

Të krishterët ngelën prapa prej padituarisë, mungesës së inteligjencës dhe apatisë së tyre, ndërsa çifutët i pengoi dëshpërimi, pikëllimi dhe ankthi i tyre. Muslimanët, nga ana tjetër, janë të pajisur me mendje të shëndoshë e të mprehtë, me optimizëm dhe me gatishmërinë për të ndihmuar ata që janë në vështirësi.

Këto janë fakte e sekrete që mund t'i kuptojnë vetëm ata që kanë mprehtësi, logjikë të pastër dhe njohje të thellë të vlerave që njerëzit e tjerë kanë.

I gjithë suksesi vjen nga Allahu!